

«Утверждаю»: *Мещ* А.А. Чистякова

Меню на «01» 03 2024г.

|         |                           |         |
|---------|---------------------------|---------|
| Завтрак | каша ячменная             | 150/200 |
|         | хлеб с маслом и сыром     | 65/65   |
|         | чай с молоком             | 150/180 |
|         | 10 <sup>00</sup>          |         |
|         | сок                       | 100     |
| Обед    | рассольник                | 200/200 |
|         | картоф. запеканка с мясом | 180/210 |
|         | шпроты свежая             | 30/50   |
|         | компот с геркулесом       | 150/180 |
|         | хлеб                      | 50/70   |
| Полдник | каша с фруктами           | 50/100  |
|         | чай                       | 150/180 |
|         | арешки                    | 95/100  |

«Утверждаю»: *Мещ* А.А. Чистякова

Меню на «04» 03 2024г.

|         |                   |         |
|---------|-------------------|---------|
| Завтрак | каша манная       | 150/200 |
|         | хлеб с маслом     | 55/65   |
|         | кофейный напиток  | 150/180 |
|         | 10 <sup>00</sup>  |         |
|         | сок               | 100     |
| Обед    | щи                | 150/200 |
|         | котлеты с зеленью | 180/210 |
|         | кукурузе консерв. | 30/50   |
|         | компот с курагой  | 150/180 |
|         | хлеб              | 50/70   |
| Полдник | каша с сыром      | 80/200  |
|         | чай               | 150/180 |
|         | конфеты           | 30/50   |

«Утверждаю»: *Мещ* А.А. Чистякова

Меню на «05» 03 2024г.

|         |                            |         |
|---------|----------------------------|---------|
| Завтрак | каша геркулесовая          | 150/180 |
|         | хлеб с маслом              | 55/65   |
|         | какао с молоком            | 150/180 |
|         | 10 <sup>00</sup>           |         |
|         | йогурт                     | 100     |
| Обед    | суп гороховый              | 150/200 |
|         | шпроты из мяса с картошкой | 180/210 |
|         | шпроты кабаховые           | 30/50   |
|         | компот с шиповником        | 150/180 |
|         | хлеб                       | 50/70   |
| Полдник | сметана с творогом         | 80/100  |
|         | чай                        | 150/180 |
|         | фрукты                     | 95/100  |

«Утверждаю»: *Мещ* А.А. Чистякова

Меню на «6» 03 2024г.

|         |                             |         |
|---------|-----------------------------|---------|
| Завтрак | каша пшеничная              | 150/200 |
|         | батон с маслом              | 55/65   |
|         | кофейный напиток            | 150/180 |
|         | 10 <sup>00</sup>            |         |
|         | йогурт                      | 100     |
| Обед    | суп мясной                  | 150/200 |
|         | рыба запеченная с картошкой | 180/210 |
|         | свежие отварная             | 30/50   |
|         | кисель                      | 150/180 |
|         | хлеб                        | 50/70   |
| Полдник | омлет                       | 60/80   |
|         | чай                         | 150/180 |
|         | фрукты                      | 95/100  |

«Утверждаю»: *Иван* А.А. Чистякова

Меню на «04» 03 2024г.

|                         |         |
|-------------------------|---------|
| Завтрак каша кукурузная | 150/180 |
| хлеб с маслом и сыром   | 70/80   |
| какао с молоком         | 150/180 |
| 10 <sup>00</sup>        |         |
| йогурт (сок)            | 100     |
| Обед борщ               | 150/200 |
| мяс с курицей           | 140/210 |
| помидор свежий          | 30/50   |
| компот с фруктами       | 150/180 |
| хлеб                    | 50/70   |
| Полдник буженина        | 50/60   |
| чай                     | 150/180 |
| фрукт                   | 95/100  |

«Утверждаю»: *Иван* А.А. Чистякова

Меню на «11» 03 2024г.

|                          |         |
|--------------------------|---------|
| Завтрак каша манная      | 130/150 |
| хлеб с маслом и сыром    | 70/80   |
| какао с молоком          | 150/180 |
| 10 <sup>00</sup>         |         |
| сок                      | 100     |
| Обед уха со св. капустой | 150/200 |
| котлеты с перловкой      | 140/210 |
| огурец соевый            | 30/50   |
| компот с фруктами        | 150/180 |
| хлеб                     | 50/70   |
| Полдник суп молочный     | 150/200 |
| чай                      | 130/150 |
| конфеты                  | 10/100  |

«Утверждаю»: *Иван* А.А. Чистякова

Меню на «12» 03 2024г.

|                            |         |
|----------------------------|---------|
| Завтрак каша геркулесовая  | 150/200 |
| хлеб с маслом              | 55/65   |
| кофейный напиток           | 150/180 |
| 10 <sup>00</sup>           |         |
| сок                        | 100     |
| Обед суп фрикадельки       | 150/200 |
| грудка индейки с картошкой | 180/210 |
| помидор свежий             | 30/50   |
| кисель                     | 150/180 |
| хлеб                       | 50/70   |
| Полдник закусочные бургеры | 110/130 |
| мясо с помидорами          | 150/180 |
| чай                        | 95/100  |
| фрукт                      |         |

«Утверждаю»: *Иван* А.А. Чистякова

Меню на «13» 03 2024г.

|                           |         |
|---------------------------|---------|
| Завтрак каша пшеничная    | 150/200 |
| батон с маслом            | 45/55   |
| чай с лимоном             | 160/180 |
| 10 <sup>00</sup>          |         |
| сок                       | 100     |
| Обед борщ                 | 150/200 |
| котлеты рыбные с рисом    | 160/200 |
| огурец свежий             | 30/50   |
| компот с фруктами         | 150/180 |
| хлеб                      | 60/80   |
| Полдник блины со сметаной | 60/80   |
| молоком                   | 150/180 |
| чай                       |         |
| фрукт                     | 95/100  |

«Утверждаю»: *Маша* А.А. Чистякова

Меню на «14» 03 2024.

|                          |         |
|--------------------------|---------|
| Завтрак каша пшеничная   | 150/180 |
| хлеб с маслом            | 55/65   |
| кофейный напиток         | 150/180 |
| 10 <sup>00</sup>         |         |
| сметан                   | 100     |
| Обед суп с клёвками      | 150/200 |
| капусте туш. с курицей   | 180/210 |
| зелёный горошек          | 30/50   |
| рисов                    | 150/180 |
| хлеб                     | 50/70   |
| Полдник уха со св. рыбой | 100/100 |
| хлеб                     | 20/30   |
| чай                      | 100/150 |
| яблоко                   | 95/100  |

«Утверждаю»: *Маша* А.А. Чистякова

Меню на «15» 03 2024.

|                           |         |
|---------------------------|---------|
| Завтрак каша ячменная     | 150/180 |
| хлеб с маслом и сыром     | 65/80   |
| чай с медом               | 150/180 |
| 10 <sup>00</sup>          |         |
| сметан                    | 100     |
| Обед рассольник           | 200/250 |
| картофельная зап-ка с мяс | 150/210 |
| икра кабачковая           | 30/50   |
| котлет с геркулесов       | 150/180 |
| хлеб                      | 50/70   |
| Полдник каша сметанная    | 50/80   |
| чай                       | 150/180 |
| фрукт                     | 95/100  |

«Утверждаю»: *Маша* А.А. Чистякова

Меню на «18» 03 2024.

|                       |         |
|-----------------------|---------|
| Завтрак каша манная   | 150/180 |
| хлеб с маслом         | 55/65   |
| кофейный напиток      | 150/180 |
| 10 <sup>00</sup>      |         |
| сок                   | 100     |
| Обед щи               | 150/200 |
| котлета с гречкой     | 180/210 |
| кукуруза консерв.     | 30/50   |
| котлет с курагой      | 150/180 |
| хлеб                  | 50/70   |
| Полдник манна с сыром | 80/100  |
| чай                   | 150/180 |
| конфеты               | 20/20   |

«Утверждаю»: *Маша* А.А. Чистякова

Меню на «19» 03 2024.

|                           |         |
|---------------------------|---------|
| Завтрак каша геркулесовая | 150/180 |
| хлеб с маслом             | 55/65   |
| какао с молоком           | 150/180 |
| 10 <sup>00</sup>          |         |
| сметан                    | 100     |
| Обед суп гороховый        | 150/200 |
| тушен. капуста с яблоком  | 180/210 |
| икра овощная              | 30/50   |
| котлет с шпинатом         | 150/180 |
| хлеб                      | 50/70   |
| Полдник сочни с творогом  | 80/100  |
| чай                       | 150/180 |
| фрукт                     | 95/100  |

«Утверждаю»: Иван А.А. Чистякова

Меню на «21» 03 2024.

|         |                       |         |
|---------|-----------------------|---------|
| Завтрак | каша кукурузная       | 150/180 |
|         | хлеб с маслом и сыром | 80/80   |
|         | какао с молоком       | 150/180 |
|         | 10 <sup>00</sup>      |         |
|         | сок                   | 100     |
| Обед    | борщ                  | 150/200 |
|         | плов с курицей        | 170/200 |
|         | помидор свежий        | 30/50   |
|         | компот с фруктами     | 150/180 |
|         | хлеб                  | 50/70   |
| Полдник | булочки               | 50/60   |
|         | чай                   | 150/180 |
|         | фрукт                 | 95/100  |
|         |                       |         |
|         |                       |         |
|         |                       |         |
|         |                       |         |
|         |                       |         |
|         |                       |         |

«Утверждаю»: Иван А.А. Чистякова

Меню на «22» 03 2024.

|         |                               |         |
|---------|-------------------------------|---------|
| Завтрак | каша пшеничная                | 150/180 |
|         | хлеб с маслом                 | 55/55   |
|         | кофейный напиток              | 150/180 |
|         | 10 <sup>00</sup>              |         |
|         | сок                           | 100     |
| Обед    | суп с лапшой                  | 180/200 |
|         | оладьи из теста с яблок. пюре | 170/200 |
|         | огурец свежий                 | 30/50   |
|         | кисель                        | 150/180 |
|         | хлеб                          | 30/50   |
| Полдник | плов фруктовый                | 80/100  |
|         | чай                           | 150/180 |
|         | хлеб                          | 30/80   |
|         | фрукт                         | 95/100  |
|         |                               |         |
|         |                               |         |
|         |                               |         |
|         |                               |         |
|         |                               |         |

«Утверждаю»: Иван А.А. Чистякова

Меню на «25» 03 2024.

|         |                       |         |
|---------|-----------------------|---------|
| Завтрак | каша манная           | 150/150 |
|         | хлеб с маслом и сыром | 80/80   |
|         | какао с молоком       | 150/180 |
|         | 10 <sup>00</sup>      |         |
|         | сок                   | 100     |
| Обед    | щи                    | 150/200 |
|         | котлета с перловкой   | 170/210 |
|         | огурец свежий         | 30/50   |
|         | компот с курагой      | 150/180 |
|         | хлеб                  | 50/70   |
| Полдник | суп молочный          | 150/200 |
|         | чай                   | 130/150 |
|         | конфета               | 10/10   |
|         |                       |         |
|         |                       |         |
|         |                       |         |
|         |                       |         |
|         |                       |         |

«Утверждаю»: Иван А.А. Чистякова

Меню на «26» 03 2024.

|         |  |         |
|---------|--|---------|
| Завтрак | каша геркулесовая                            | 150/200 |
|         | хлеб с маслом                                | 55/65   |
|         | кофейный напиток                             | 150/180 |
|         | 10 <sup>00</sup>                             |         |
|         | йогурт                                       | 100     |
| Обед    | суп гречневый                                | 150/200 |
|         | гудыня из картофеля с капустой               | 180/210 |
|         | помидор                                      | 30/50   |
|         | кисель                                       | 150/180 |
|         | хлеб   | 50/70   |
| Полдник | запеканка творожно-молочная со смет. молоком | 110/150 |
|         | чай  | 150/150 |
|         | фрукт  | 95/100  |
|         |  |         |
|         |  |         |
|         |  |         |
|         |  |         |
|         |  |         |

«Утверждаю»: Меню А.А. Чистякова

Меню на «28» 03 2024г.

|                             |         |
|-----------------------------|---------|
| Завтрак каша пшеничная      | 150/200 |
| хлеб с маслом               | 45/65   |
| кофейный напиток            | 150/100 |
| 10 <sup>00</sup>            |         |
| йогурт                      | 100     |
| Обед суп с клецками         | 150/200 |
| капуста тушеная с курицей   | 180/210 |
| земляной горошек            | 30/50   |
| кисель                      | 150/100 |
| хлеб                        | 50/50   |
| Полдник уха со свежей рыбой | 100/100 |
| хлеб                        | 30/50   |
| чай                         | 100/50  |
| фрукты                      | 95/100  |

«Утверждаю»: Меню А.А. Чистякова

Меню на «29» 03 2024г.

|                           |         |
|---------------------------|---------|
| Завтрак каша овсяная      | 150/200 |
| хлеб с маслом и сыром     | 65/80   |
| чай с лимоном             | 150/100 |
| 10 <sup>00</sup>          |         |
| йогурт                    | 100     |
| Обед рассольник           | 200/250 |
| картофель жареный с мясом | 180/210 |
| шре овощная               | 30/50   |
| компот с геркулесом       | 150/100 |
| хлеб                      | 50/50   |
| Полдник чай с печеньем    | 50/60   |
| чай                       | 150/100 |
| фрукты                    | 95/100  |