

УТВЕРЖДАЮ
 Председатель совета МООР
 «Ребенок с будущим города Болжска»
 А.Б.Алексеева
 «10» января 2022 года



ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ НА 5 ДНЕЙ

МЕНЮ 1 день

Наименование	Вес	Цена
Первый завтрак		
1. Каша манная молочная с маслом	200/10	10-65
2. Чай с сахаром	200	1-32
3. Хлеб пшеничный с маслом	50/10	4-68
Второй завтрак		
1. Яблоко	100	8-90
Обед		
1. Суп гороховый	250/50	16-14
2. Рис отварной с котлетой	150/100	33-57
3. Подлива	50	0-79
4. Салат из свежей капусты	100	6-30
5. Хлеб ржаной	100	1-29
6. Кисель из концентрата на плодово-ягодных экстрактах	200	2-71
Ужин		
1. Картофельное пюре с маслом, с молоком	180	14-72
2. Печень по-строгановски	65/35	31-92
3. Компот из сухофруктов	200	3-89
4. Хлеб пшеничный	50	1-68
ИТОГО		138-56

МЕНЮ 2 день

Наименование	Вес	Цена
Первый завтрак		
1. Каша овсяная молочная с маслом	200/10	10-75
2. Кофейный напиток сладкий	200	2-99
3. Хлеб пшеничный с сыром	50/10	5-68
Второй завтрак		
1. Груша	100	12-60
Обед		
2. Рассольник со сметаной	250/10	17-99
3. Жаркое по домашнему	180/50	52-00
4. Зеленый горошек	50	20-50
5. Хлеб ржаной	100	1-29
6. Чай с сахаром	200	1-32
Ужин		
7. Каша гречневая с мясом	65/35	42-40
8. Икра кабачковая	50	3-50
9. Хлеб пшеничный	200	1-68
ИТОГО		172-70

МЕНЮ 3 день

Наименование	Вес	Цена
Первый завтрак		
1. Каша рисовая молочная с маслом	200/40	11-77
2. Яйцо отварное	1	9-00
3. Кофейный напиток сладкий	200	2-99
4. Хлеб пшеничный	50	1-68
Второй завтрак		
1. Йогурт в пром.уп.	1/150	29-00
Обед		
10. Борщ со сметаной вегетарианский	250/15	15-69
11. Тефтели мясные с рисом в томатном соусе	100/50	28-29
12. Макароны изделия отварные	80	5-37
13. Салат из огурцов с растит. маслом	100	24-50
14. Хлеб ржаной	100	1-29
15. Компот из суфруктов	200	3-89
Ужин		
16. Рыба тушеная в томате	75/25	24-46
17. Капуста тушеная	150	12-70
18. Компот из сухофруктов	200	3-89
19. Хлеб пшеничный	50	1-68
ИТОГО		168-10

Меню 4 день

Наименование	Вес	Цена
Первый завтрак		
4. Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	10-63
5. Кофейный напиток с молоком	200	2-99
6. Хлеб пшеничный с сыром	50/10	5-68
Второй завтрак		
20. Апельсин	100	6-90
Обед		
21. Лапша куриная	250/25	13-00
22. Гороховое пюре с маслом	180/20	9-25
23. Салат из помидор со сметаной	100/25	19-45
24. Биточки мясные	100	27-58
25. Хлеб ржаной	100	1-29
26. Чай с сахаром	200	1-32
Ужин		
27. Плов овощной	100	20-75
28. Икра морковная	50	9-50
29. Хлеб пшеничный	200	1-68
ИТОГО		130-02

Меню 5 день

Наименование	Вес	Цена
Первый завтрак		
7. Сырники с вареньем	200/10	43-57
8. Чай с сахаром с лимоном	200/7	2-32
9. Хлеб пшеничный с сыром	50/10	5-68
Второй завтрак		
30. Йогурт в пром.уп.	1/150	29-00
Обед		
31. Суп рыбный	250/25	13-75
32. Овощное рагу с сосиской	180/50	31-70
33. Икра баклажанная	75	2-75
34. Хлеб ржаной	100	1-29
35. Сок фруктовый в пром.уп.	1/200	12-50
Ужин		
36. Каша гречневая с маслом	200/30	6-93
37. Булочка домашняя	75	12-90
38. Кефир	200	33-90
ИТОГО		196-29