

Утверждаю:

Директор Енбекской СИ-сад

Баймульдина К.Т.



Перспективное двухнедельное меню зима-весна

1 нед. дни	меню	ингредиенты	Выход готовых блюд	
			7-11 лет	11-18 лет
1.	1.суп гречневый	Картофель,гречка,соль,лук,морковь, специи,масло подсолнечное,вода	300	400
	2.хлеб с маслом	Хлеб,масло сливочное	80/5	100/10
	3.чай сладкий	Чай,сахар	200	200
2.	1.плов	Рис,мяса говяжье,лук,морковь,специи Соль,масло подсолнечное,томат	300	400
	2.хлеб с маслом	Хлеб,масло сливочное	80/5	100/10
	3.салат овощной	Капуста,свекла,лук,соль,масло подсолнечное	70	100
	4.компот	Сухофрукты,сахар,вода	200	200
3.	1.рассольник	Перловка,соль,картофель,лук, морковь,специи,масло подсолнечное,огурцы сол.	300	400
	2.хлеб с маслом	Хлеб,масло сливочное	80/5	100/10
	3.чай сладкий	Чай,сахар,вода,вода	200	200
4.	1.жаркое	Мясо птицы,соль,томат,лук, морковь,специи,картофель масло подсолнечное	300	400
	2.хлеб с маслом	Хлеб,масло сливочное	80/5	100/10
	3.соленые огурцы	Огурцы соленые	25	40
	4.кисель	Кисель ,сахар,вода	200	200
5.	1.борщ	капуста,соль,картофель,лук, морковь,специи,масло подсолнечное,томат,свекла	300	400
	2.хлеб с маслом	Хлеб,масло сливочное	80/5	100/10
	3.чай сладкий	Чай,сахар,вода	200	200

2 нед.	меню	ингредиенты	Выход готовых блюд	
			7-11 лет	11-18 лет
1	1.суп рисовый	Картофель,рис,соль,лук,морковь, специи, масло подсолнечное,вода	300	400
	2.хлеб с маслом	Хлеб,масло сливочное	80/5	100/10
	3.чай сладкий	Чай,сахар	200	200
2.	1.жаркое	картофель,мясо птицы,лук,морковь,специи Соль,масло подсолнечное,томат	300	400
	2.хлеб с маслом	Хлеб,масло сливочное	80/5	100/10
	3.салат оношной	Капуста,свекла,лук,соль,масло подсолнечное	70	100
	4.компот	Сухофрукты,сахар,вода	200	200
3.	1.борщ	капуста,соль,картофель,лук, морковь,специи,масло подсолнечное,свекла,томат,	300	400
	2.хлеб с маслом	Хлеб,масло сливочное	80/5	100/10
	3.чай сладкий	Чай,сахар,вода,вода	200	200
4.	1.рожки с сыром	Рожки,сыр,соль,лук, морковь,специи, масло подсолнечное	300	400
	2.хлеб с маслом	Хлеб,масло сливочное	80/5	100/10
	3.соленые огурцы	Огурцы соленые	25	40
5.	4.кисель	Кисель ,сахар,вода	200	200
	1.суп гороховый	горох,соль,картофель,лук, морковь,специи,масло подсолнечное.	300	400
	2.хлеб с маслом	Хлеб,масло сливочное	80/5	100/10
	3.чай сладкий	Чай,сахар,вода	200	200