

ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД

Утверждаю:
 Директор МБУ КЦСОН
 Кафтаева Э. К.



2025 год

14-дневное меню

(1 неделя)

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
Завтрак Каша геркулесовая 300 Масло сливочное 10 Десерт творожный 100 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 100	Завтрак Каша пшенная 300 Масло сливочное 10 Кофе с молоком и сахаром 200 Хлеб пшеничный 100 Яйцо отварное 1 шт	Завтрак Каша манная 300 Масло сливочное 10 Кофе с молоком и сахаром 200 Хлеб пшеничный 100	Завтрак Омлет 60 Масло сливочное 10 Колбаса 35 Какао с молоком и сахаром 200 Хлеб пшеничный 100	Завтрак Каша ячневая 300 Масло сливочное 10 Сыр 30 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 100	Завтрак Каша гречневая 300 Масло сливочное 10 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 100	Завтрак Омлет 60 Масло сливочное 10 Сыр 30 Кофе с молоком и сахаром 200 Хлеб пшеничный 100
Обед Салат морковный 100 Щи из свежей капусты на к/б 300 Котлеты из говядины 100 Картофельное пюре 200 Кисель 200 Хлеб ржано-пшеничный 100	Обед Салат «Петрушка» 100 Суп картофельный с фасолью на м/к /б 300 Рулет из говядины 100 Макароны отварные со сливочным маслом 150 Сок 200 Хлеб ржано-пшеничный 100	Обед Винегрет 100 Суп с вермишелью на к/б 300 Котлеты куриные 100 Картофельное пюре 100 Капуста свежая тушеная 100 Компот из сухофруктов 200 Хлеб ржано-пшеничный 100	Обед Салат из св. капусты 100 Борщ на к/б 300 Тефтели из говядины 100 Картофельное пюре 200 Компот из сухофруктов 200 Хлеб ржано-пшеничный 100	Обед Салат картофельный 100 Рассольник со сметаной на к/б 300 Блинчики с мясным фаршем 150 Компот из сухофруктов 200 Хлеб ржано-пшеничный 100	Обед Салат из отварной свеклы 100 Щи из свежей капусты на курином бульоне 300 Курица отварная 125 Картофель жарен 150 Сок 200 Хлеб ржано-пшеничный 100	Обед Салат «Здоровье» 100 Суп картофел. с рыбными консервами 300 Голубцы с рисом и мясом 200 Сок 200 Хлеб ржано-пшеничный 100
Полдник Фрукты 150	Полдник Фрукты 150 Отвар шиповника 200	Полдник Фрукты 150 Отвар шиповника 200	Полдник Сметанное желе с черносливом 150	Полдник Фрукты 150	Полдник Фрукты 150	Полдник Фрукты 150 Отвар шиповника 200
Ужин Икра кабачковая 50 Оладьи со сметаной 150 Отвар шиповника 200 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 50 Кисломолочный продукт 125	Ужин Капуста тушеная с мясом 200 Кукуруза консервированная 40 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 50 Кисломолочный продукт 125	Ужин Сырники творожные со сметаной 150 Пирог с сухофруктами 100 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 50 Кисломолочный продукт 125	Ужин Макароны отварные со сливочным маслом 200 Рыба жареная 100 Салат морковный 50 Фасоль консервированная 40 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 50 Кисломолочный продукт 125	Ужин Картофельное пюре 200 Суфле из рыбы 100 Огурцы соленые 60 Зеленый горошек 40 Отвар шиповника 200 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 50 Кисломолочный продукт 125	Ужин Капуста тушеная с мясом 200 Рыба жареная 100 Кукуруза консервированная 40 Отвар шиповника 200 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 50 Кисломолочный продукт 125	Ужин Картофель отварной 250 Рыба соленая 60 Салат из отварной свеклы 50 Зеленый горошек 40 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 50 Кисломолочный продукт 125

<u>ПОНЕДЕЛЬНИК</u>	<u>ВТОРНИК</u>	<u>СРЕДА</u>	<u>ЧЕТВЕРГ</u>	<u>ПЯТНИЦА</u>	<u>СУББОТА</u>	<u>ВОСКРЕСЕНЬЕ</u>
Завтрак Каша геркулесовая 300 Масло сливочное 10 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 100 Десерт творожный 100	Завтрак Каша манная 300 Масло сливочное 10 Кофе с молоком и сахаром 200 Хлеб ржано-пшеничный 100	Завтрак Каша пшенная 300 Масло сливочное 10 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 100 Яйцо отварное 1 шт	Завтрак Каша манная 300 Масло сливочное 10 Кофе с молоком и сахаром 200 Хлеб пшеничный 100	Завтрак Каша ячневая 300 Масло сливочное 10 Сыр 30 Кофе с молоком и сахаром 200 Хлеб пшеничный 100	Завтрак Омлет 60 Масло сливочное 10 Колбаса 35 Какао с молоком и сахаром 200 Хлеб пшеничный 100	Завтрак Каша пшенная 300 Масло сливочное 10 Сыр 30 Чай с сахаром 200 Хлеб ржано-пшеничный 100
Обед Салат картофельный 100 Рассольник на м/к/б 300 Котлеты из говядины 100 Картофельное пюре 100 Кисель 200 Хлеб ржано-пшеничный 100	Обед Салат из отварной свеклы 100 Щи из свежей капусты на к/б 300 Тефтели из говядины 100 Картофельное пюре 200 Капуста свежая тушеная 100	Обед Салат «Петрушка» 100 Борщ на к/б 300 Котлеты куриные 100 Рис отварной 200 Сок 200 Хлеб ржано-пшеничный 100	Обед Салат из свежей капусты 100 Суп картофельный с рыбными консервами 300 Блинчики с мясным фаршем 250 Сок 200 Хлеб ржано-пшеничный 100	Обед Салат «Здоровье» 100 Борщ с мясом и сметаной 300 Рулет из говядины 100 Макаронные отварные со сливочным маслом 150 Компот из сухофруктов 200 Хлеб ржано-пшеничный 100	Обед Винегрет 100 Суп с вермишелью на курином бульоне 300 Курица отварная 125 Картофель жареный 150 Сок 200 Хлеб ржано-пшеничный 100	Обед Салат морковный 100 Суп горох на к/б 300 Голубцы с рисом и мясом 200 Сок 200 Хлеб ржано-пшеничный 100
Полдник Фрукты 150	Полдник Компот из сухофруктов 200 Хлеб ржано-пшеничный 100	Полдник Фрукты 150	Полдник Фрукты 150	Полдник Сметанное желе с черносливом 75	Полдник Фрукты 150 Отвар шиповника 200	Полдник Фрукты 150
Ужин Икра кабачковая 50 Оладьи со сметаной 150 Отвар шиповника 200 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 50 Кисломолочный продукт 125	Полдник Фрукты 150 Отвар шиповника 200 Ужин Рис отварной 200 Суфле из рыбы 100 Салат из свежей капусты 50 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 50 Кисломолочный продукт 125	Ужин Макаронные отварные 200 Сосиски 50 Икра из кабачков 50 Отвар шиповника 200 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 50 Кисломолочный продукт 125	Ужин Капуста тушеная с мясом 200 Салат морковный 50 Кукуруза консервированная 40 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 50 Кисломолочный продукт 125	Ужин Салат из свежей капусты 50 Зеленый горошек 40 Рыба жареная 100 Рис отварной 200 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 50 Кисломолочный продукт 125	Ужин Кукуруза консервированная 40 Салат из отварной свеклы 50 Капуста тушеная с мясом 200 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 50 Кисломолочный продукт 125	Ужин Картофель отварной 200 Рыба соленая 60 Фасоль консервированная 40 Помидоры соленные 60 Отвар шиповника 200 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 50 Пшеничный 50 Кисломолочный продукт 125