

Государственное учреждение Ярославской области «Детский дом – центр комплексного сопровождения детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Солнечный»»

Директор ГУ ЯО «Детский дом «Солнечный»»
В. Ободкова



ПЕРСПЕКТИВНОЕ 14-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ
ГУ ЯО «ДЕТСКИЙ ДОМ «СОЛНЕЧНЫЙ»»
(12-18 ЛЕТ)

МЕНЮ

12- 18 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 14	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 200	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 14	ЯЙЦА ВАРЁНЫЕ 1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 13
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ С ДЖЕМОМ 210	МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ 200	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ 200	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 200	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 16
ЧАЙ С САХАРОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОЛБАСА ВАРЕНАЯ (ПОРЦИЯМИ) 70	ЧАЙ С САХАРОМ 200	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 12	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 10	КАКАО С МОЛОКОМ 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 70	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 60	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 60		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50	ОМЛЕТ С СОСИСКАМИ 180
				ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 60		
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 100	ЯЙЦА ВАРЁНЫЕ 1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 100	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЁНЫМИ ОГУРЦАМИ 100	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 100	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ГОРОШКОМ ЗЕЛЁНЫМ 100	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 100
СУП С БОБОВЫМИ 300	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 100	ЩИ СО СМЕТАНОЙ 300	БУЛЬОН С КУРИЦЕЙ С ГРЕНКАМИ 300	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ С КУРИЦЕЙ 300	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И СМЕТАНОЙ 300	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 290
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА 15	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 230	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 220	ОВОЩИ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 220	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ 220	РЫБА ЗАПЕЧЁННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 320	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 300/50	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 310	ФИЛЕ РЫБЫ В ЯЙЦЕ 120	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ 120	БЕФСТРОГАНОВ 100	КИСЕЛЬ 200	ШНИЦЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ 110
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ 120	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 90	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 190
ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 90	ХЛЕБ РЖАНОЙ 90	ХЛЕБ РЖАНОЙ 90	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ 90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 90	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 80	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 80		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 60					
Полдник						
ГРЕНКИ С СЫРОМ 70	КОНДИТЕСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 70	ПИРОЖКИ ПЕЧЁНЫЕ С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ, ЛУКОМ 80	КОНДИТЕСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 70	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	КОНДИТЕСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 80	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 90

МЕНЮ

12- 18 лет

8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 14	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 12
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 13	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 200	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ 200	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 12	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 200	ОЛАДЬИ С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 160
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ 210	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ 180	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 10	КАКАО С МОЛОКОМ 190
ЧАЙ С САХАРОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 60	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" 200	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 60		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 80		КАКАО С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 60	
				ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 70		
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	СОК ФРУКТОВЫЙ 200
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 140	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 140	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 140	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 100	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ 100	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 100	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ 100	ОГУРЕЦ СОЛЕНый 100	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ГОРОШКОМ ЗЕЛЕНый 100
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 300	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С РЫБОЙ СО СМЕТАНОЙ 300	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ 300	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ 300	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ СО СМЕТАНОЙ 300	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 300
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 200	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 320	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 230	ПЛОВ 320	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 230	РИС ОТВАРНОЙ 230	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200
ГУЛЯШ 120	КИСЕЛЬ 200	БОРЩ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 300	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	ТЕФТЕЛИ (1 ВАРИАНТ) 120	РЫБА ОТВАРНАЯ 110	БРИЗОЛЬ 110
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 90	РЫБА (ФИЛЕ) ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 120	ХЛЕБ РЖАНОЙ 90	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 200	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 80	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 90	ХЛЕБ РЖАНОЙ 90	ХЛЕБ РЖАНОЙ 80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50		ХЛЕБ РЖАНОЙ 90		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 90	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 90	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 95				
Полдник						

КОНДИТЕСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 80	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ 200	ЧАЙ С САХАРОМ МОЛОКОМ 200	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ, ЛУКОМ 80	ГРЕНКИ 85	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 180
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 140	ГРЕНКИ 90	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120	КОНДИТЕСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 80	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 90	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 150	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120
						ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 40
Ужин						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 100	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 100	ИКРА МОРКОВНАЯ 100	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 100	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 100	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 100
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 210	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 200	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 200	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 100	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 220	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ 210	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200
КОЛБАСА ВАРЕНАЯ (ПОРЦИЯМИ) 120	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 110	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ 100	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 200	РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ 120	БИТОЧКИ 100	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 100
ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 180	РЫБНЫЕ ТЕФТЕЛИ В СОУСЕ 80/40	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 180
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50		ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50			
II Ужин						
БИФИДОК 200	БИФИЛАЙФ 200	СНЕЖОК 200	БИФИДОК 200	БИФИЛАЙФ 200	СНЕЖОК 200	БИФИДОК 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 40