

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

Директор ГУ ЯО «Детский дом «Солнечный»»

УТВЕРЖДАЮ

Г.В. Ободкова



ПЕРСПЕКТИВНОЕ 14-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ
ГУ ЯО «ДЕТСКИЙ ДОМ «СОЛНЕЧНЫЙ»»
(7-11 ЛЕТ)

МЕНЮ

7- 11 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 12	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 13	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 12
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ С ДЖЕМОМ 180	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ 180	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ 170	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 180	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 16
ЧАЙ С САХАРОМ 190	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КОЛБАСА ВАРЕНАЯ (ПОРЦИЯМИ) 65	ЧАЙ С САХАРОМ 180	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 10	ОМЛЕТ С СОСИСКАМИ 150
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 190
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50		КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50
				КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ 180		
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 80	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 80	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ 100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С КУРИЦЕЙ 250	САЛАТ ИЗ МОРКВИ С ГОРОШКОМ ЗЕЛЕНЫМ 100	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 80
СУП С БОБОВЫМИ 250	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 250	ЩИ СО СМЕТАНОЙ 250	БУЛЬОН С КУРИЦЕЙ С ГРЕНКАМИ 250	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ 210	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И СМЕТАНОЙ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 270/40	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ 120	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200	ОВОЩИ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 180	БЕФСТРОГАНОВ 100	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 240	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА 12	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	ФИЛЕ РЫБЫ В ЯЙЦЕ 100	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ 90	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КИСЕЛЬ 200	ШНИЦЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ 110
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180
ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 20	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 80	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 80		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 100					
Полдник						
ГРЕНКИ С СЫРОМ 70	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ, ЛУКОМ 80	КОНДИТЕСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 70	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	КОНДИТЕСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 80	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 90

ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120	КОНДИТЕСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 70	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ПИЦЦА ДЕТСКАЯ 100	КАКАО С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100
Ужин						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 80	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ 80	ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ 100	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 160	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 80	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 70	ПОДЖАРКА ИЗ РЫБЫ 90
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНый 150	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ 180	РЫБА (ФИЛЕ) ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 90	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	МЯСО ТУШЕНОЕ 100	ЧАЙ С САХАРОМ 180
ФРИКАДЕЛКИ РЫБНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ 90	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ 110	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ 190	КУРА ОТВАРНАЯ 80	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ИКРА ОВОЩНАЯ 80	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 150	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ 150
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 40	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 80			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50
II Ужин						
СНЕЖОК 200	БИФИДОК 200	БИФИЛАЙФ 200	БИФИДОК 200	СНЕЖОК 200	БИФИЛАЙФ 200	СНЕЖОК 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 30

МЕНЮ

7- 11 лет

8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 14	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 12
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 13	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 180	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ 180	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 11	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 180	ОЛАДЬИ С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 140
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ 170	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ 180	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 10	КАКАО С МОЛОКОМ 180
ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 25	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 40	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" 160	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 25		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 60		КАКАО С МОЛОКОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 40	
				ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50		
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 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 250	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ 80	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 80	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ 100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ СО СМЕТАНОЙ 250	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ГОРОШКОМ ЗЕЛЕННЫМ 80
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С РЫБОЙ СО СМЕТАНОЙ 230	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ 250	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ 250	РЫБА ОТВАРНАЯ 90	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 240
ГУЛЯШ 120	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 300	БОРЩ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 250	ПЛОВ 300	ТЕФТЕЛИ (1 ВАРИАНТ) 120	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 200	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 180	КИСЕЛЬ 200	РЫБА (ФИЛЕ) ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 100	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	БРИЗОЛЬ 100
ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 80	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 60	РИС ОТВАРНОЙ 170	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 80		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 80		КАПУСТА ТУШЕНАЯ 200	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 80	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ 60
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 180				
Полдник						

