



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ ЛО «Тихвинский ресурсный центр»

/И.В. Шалагина

Приказ № 354 от 05.08.2024 года

Четырнадцатидневное меню для воспитанников государственного бюджетного учреждения Ленинградской области

центр помощи детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей

«Тихвинский ресурсный центр по содействию семейному устройству»

в возрасте от 3-7 лет (весна-лето)

МЕНЮ

3-7 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ 180	КАША МАННАЯ 180	КАША ПШЕНИЧНАЯ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150	КАША "ДРУЖБА" 180	КАША ПШЕННАЯ 180	КАША ЯЧНЕВАЯ 180
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 50	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 50	БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ ВАРЕНОЙ 60	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 60	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 50	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 50	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 50
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 40	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 40	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 40	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 40	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 40	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 40	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 50
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 40
						ЧАЙ С МОЛОКОМ 180
II Завтрак						
СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100
Обед						
САЛАТ ИЗ РЕДИСА 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ 60	САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ И ЯЙЦОМ 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 60	САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ И ЯЙЦОМ 60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ 200	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 200	ЩИ СО СМЕТАНОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 230	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 130	РИС ОТВАРНОЙ 130	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 130	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ 70	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 80	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ 70	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 70	БИФСТЕКС РУБЛЕННЫЙ 80	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ 70
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА 200	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
Полдник						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД 200
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ 150	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 50	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ 100	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 150	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 80	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ 180	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 80
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	СОУС СМЕТАННЫЙ 35	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100			ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	
Ужин						

МЕНЮ

3-7 лет

8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 180	КАША "ДРУЖБА" 180	КАША РИСОВАЯ 180	ОМЛЕТ С СЫРОМ 150	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 180	КАША ПШЕНИЧНАЯ 180	ОМЛЕТ С СЫРОМ 150
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 60	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 50	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 50	БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ ВАРЕНОЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 40	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 50	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 40	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 40	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 40	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 40	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 40
КАКАО С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200
II Завтрак						
СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100
Обед						
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ 60	САЛАТ ЛЕТНИЙ 60	САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ И ЯЙЦОМ 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ 60	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГ О 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 60	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ 60
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 200	СУП С КЛЕЦКАМИ 200	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 200	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200	ЩИ СО СМЕТАНОЙ 200
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 130	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130	РИС ОТВАРНОЙ 130	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ 130	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 130
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 80	БИФСТЕКС РУБЛЕННЫЙ 80	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ 80	РЫБА ОТВАРНАЯ 70	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ 80	МЯСО ОТВАРНОЕ 70	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ 70
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА 200	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ 30	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10			
Полдник						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД 200	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ 150	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 100	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА 150	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ 150	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 80	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 150	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА 150
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100
Ужин						

