

ИП Резникова Ольга Анатольевна



Перспективное меню на 1-ю неделю

Индивидуальный предприниматель Резникова Ольга Анатольевна

	1	2	3	4	5
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	-Пудинг из творога запеченный -Молоко ступенное с сахаром 8,5 % -Кофейный напиток злаковый на молоке -Батон с сладкосливочным маслом и полутвердым сыром	-Омлет натуральный, запеченный -Какао на молоке -Хлеб из муки пшеничной первого сорта с сладкосливочным маслом	-Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) -Чай с сахаром -Батон с сладкосливочным маслом и полутвердым сыром	-Суфле творожное запеченное с соусом клюквенным -Кофейный напиток злаковый на молоке -Батон с сладкосливочным маслом	-Каша пшеничная молочная -Чай с лимоном -Батон с сладкосливочным маслом и полутвердым сыром
Второй завтрак	-Вода питьевая детская -Сок фруктовый –яблочно-виноградный	-Вода питьевая детская -Сок фруктовый –яблочно-виноградный	-Вода питьевая детская -Груша	-Вода питьевая детская -Банан	-Вода питьевая детская -Сок фруктовый – яблочно-абрикосовый
Обед	-Щи из свежей капусты -Пюре картофельное -Суфле из куриной печени в сметанном соусе -Икра из уваренных кабачков -Хлеб ржано-пшеничный -Хлеб из пшеничной муки первого сорта -Компот из сухофруктов	-Салат витаминный с растительным маслом -Суп картофельный с бобовыми (горох) с сухариками из пшеничного хлеба -Рыба (филе белой морской рыбы) припущенная -Рис отварной -Хлеб ржано-пшеничный -Хлеб из пшеничной муки первого сорта -Напиток вишневый	-Винегрет -Суп с макаронными изделиями (фигурными) на бульоне из птицы -Рагу из мяса индейки -Хлеб ржано-пшеничный -Хлеб из пшеничной муки первого сорта -Кисель из клюквы	-Салат из свежих помидоров и огурцов с оливковым маслом -Рассольник ленинградский на мясном бульоне -Бефстроганов из мяса отварного (телятина) -Гречка рассыпчатая отварная -Хлеб ржано-пшеничный -Хлеб из пшеничной муки первого сорта -Компот из сухофруктов	-Салат из моркови с сахаром -Борщ с капустой и картофелем -Котлеты мясные рубленые из индейки с молочным соусом -Картофель отварной со сливочным маслом -Хлеб ржано-пшеничный -Хлеб из пшеничной муки первого сорта -Напиток яблочный
Полдник	-Сухое печенье -Кисломолочный напиток – биокефир	-Запеканка со свежими плодами -Булочка с изюмом -Кисломолочный напиток – йогурт питьевой фруктовый	-Пудинг манный -Соус абрикосовый -Кисломолочный напиток – ряженка	-Оладьи -Повидло -Кисломолочный напиток – йогурт питьевой ягодный	-Сырники по-клеветски -Кисломолочный напиток – биоюгурт фруктовый питьевой
Ужин	-Котлеты мясные рубленые из индейки в молочном соусе -Рагу из овощей -Кисель из смородины -Хлеб из муки пшеничной первого сорта	-Огурцы консервированные без уксуса -Макаронны, запеченные с сыром -Компот из плодов свежих -Хлеб из муки пшеничной первого сорта	-Тфетли рыбные (филе белой морской рыбы) -Картофель отварной -Напиток из цитрусовых -Хлеб из муки пшеничной первого сорта	-Фрикадельки мясные паровые (индейка) -Капуста тушеная -Напиток смородина -Хлеб из муки пшеничной первого сорта	-Печенье по-строгановски -Изделия макаронные отварные -Компот из плодов свежих (груши) -Хлеб из муки пшеничной первого сорта

ИП Резникова Ольга Анатольевна

Перспективное меню на 2-ю неделю



УТВЕРЖДАЮ  
Резникова О.А.

Индивидуальный предприниматель Резникова Ольга Анатольевна

	1	2	3	4	5
Завтрак	Понедельник -Омлет натуральный, запеченный -Кофейный напиток из шикория с молоком -Батон с сладкосливочным маслом	Вторник -Каша жидкая на молоке (манная) -Какао на молоке - Батон с сладкосливочным маслом и полутвердым сыром	Среда -Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) -Чай с сахаром -Кофейный напиток злаковый на молоке -Батон с сладкосливочным маслом	Четверг -Пудинг из творога запеченный с соусом клюквенным -Кофейный напиток злаковый на молоке -Батон с сладкосливочным маслом и полутвердым сыром	Пятница -Каша молочная пшеничная -Чай с лимоном -Кофейный напиток злаковый на молоке -Батон с сладкосливочным маслом
Второй завтрак	-Вода питьевая детская -Сок фруктовый яблочный	-Вода питьевая детская -Апельсин	-Вода питьевая детская -Яблоко зеленое	-Вода питьевая детская -Сок фруктовый - мультифрукт	-Вода питьевая детская -Банан
Обед	-Салат Мозайка -Щи из свежей капусты на мясном бульоне с мелконашинкованными овощами -Суфле из отварного мяса (говядина) -Рис отварной -Хлеб ржано-пшеничный первого сорта -Напиток из плодов сухих (изюм)	-Салат из отварной свеклы с растительным маслом -Суп с клецками на мясном бульоне -Запеканка картофельная с отварным мясом (индейка) -Хлеб ржано-пшеничный сорта -Хлеб из пшеничной муки первого сорта -Компот из плодов свежих (лимон)	-Салат из свежей капусты с растительным маслом - Суп картофельный с бобовыми (горох) с сухариками из пшеничного хлеба - Рыба (филе белой морской рыбы) запеченная -Изделия макаронные отварные -Хлеб ржано-пшеничный -Хлеб из пшеничной муки первого сорта -Напиток вишневый	-Салат из свежих огурцов с растительным маслом -Борщ с капустой и картофелем -Гуляш из отварного мяса (телятина) с отварным рисом -Хлеб ржано-пшеничный -Хлеб из пшеничной муки первого сорта -Напиток ягодный	-Уха ростовская -Рагу из мяса птицы -Икра из уваренных кабачков -Хлеб ржано-пшеничный -Хлеб из пшеничной муки первого сорта -Компот из сухофруктов
Полдник	-Лапшевники с творогом -Булочка «Любимая» -Кисломолочный напиток – ряженка	-Запеканка свежими плодами -Сухое печенье -Кисломолочный напиток – кефир	-Оладьи с повидлом -Кисломолочный напиток – биоюгurt фруктовый питьевой	-Запеканка овощная -Ватрушка с повидлом -Кисломолочный напиток – ряженка	-Макарони, запеченные с яйцом -Сухое печенье -Кисломолочный напиток – кефир
Ужин	-Тефтели рыбные (филе белой морской рыбы) -Пюре картофельное -Компот из плодов свежих -Хлеб из муки пшеничной первого сорта	-Тефтели мясные из телятины в сливочно-томатном соусе -Рагу из овощей -Напиток витаминный -Хлеб из муки пшеничной первого сорта	-Котлеты рубленые из мяса птицы (цыпленка), запеченные в молочном соусе -Каша гречневая рассыпчатая -Кисель абрикосовый -Хлеб из муки пшеничной первого сорта	-Помидоры свежие -Капуста, тушенная с мясом (индейка) -Мармелад фруктовый -Хлеб из муки пшеничной первого сорта -Напиток яблочный	-Фрикадельки мясные паровые (индейка) -Свекла тушенная -Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Компот из плодов свежих (апельсин)