

МЕНЮ ВЕСЕНЕ-ЛЕТНЕЕ ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

Утверждаю

заведующая МБДОУ

Ворожцова Н.В.



	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
завтрак	1. Макароны отварные 120 гр. 2. Масло сливочное (порциями) 5 гр. 3. Хлеб пшеничный 40 гр. 4. Яйцо варенное 40 гр. 5. Чай с сахаром 150 гр.	1. Каша "Рябчик" (рис/гречка) 150 гр. 2. Сыр (порциями) 10 гр. 3. Масло сливочное (порциями) 5 гр. 4. Хлеб пшеничный 40 гр. 5. Какао с молоком 150 гр.	1. Каша рисовая на молоке 150 гр. 2. Масло сливочное (порциями) 5 гр. 3. Хлеб пшеничный 40 гр. 4. Кофейный напиток 150 гр.	1. Каша манная 1500 гр. 2. Масло сливочное (порциями) 5 гр. 3. Хлеб пшеничный 30 гр. 4. Какао с молоком 150 гр.	1. Каша пшеничная молочная 150 гр. 2. Сыр (порциями) 10 гр. 3. Масло сливочное (порциями) 5 гр. 4. Хлеб пшеничный 40 гр. 5. Кофейный напиток 150 гр. 6. Яйцо варенное 40 гр.
2-ой завтрак	Сок 100 гр.	Яблоко 100 гр.	Сок 100 гр.	Сок 100 гр.	Сок 100 гр.
обед	1. Салат из белокочанной капусты 40 гр. 2. Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной 150/9 гр. 3. Жаркое по домашнему 180 гр. 4. Компот из сухофруктов 150 гр. 5. Хлеб ржаной 40 гр.	1. Свежий огурец 40 гр. 2. Рассольник Ленинградский с мясом со сметанной 150/9 гр. 3. Суфле куриное 60 гр. 4. Картофельное пюре 120 гр. 5. Компот из сухофруктов 150 гр. 6. Хлеб ржаной 40 гр.	1. Салат летний 40 гр. 2. Борщ со сметаной 150/9 гр. 3. Котлета рубленая из птиц или кролика 60 гр. 4. Гороховая каша 160 гр. 5. Компот из сухофруктов 150 гр. 6. Хлеб ржаной 40 гр.	1. Салат витаминный 40 гр. 2. Суп крестьянский с крупой, курицей, со сметаной 150/5 гр. 3. Плов 160 гр. 4. Компот из сухофруктов 150 гр. 5. Хлеб ржаной 40 гр.	1. Свежий томат 40 гр. 2. Суп картофельный с вермишелью 180/11 гр. 3. Капуста тушенная с мясом, курой 150 гр. 4. Компот из сухофруктов 150 гр. 5. Хлеб ржаной 40 гр.
полдник	1. Молоко 150 гр. 2. Печенье 20 гр.	1. Кисломолочка 150 гр. 2. Булочка сдобная 60 гр.	1. Молоко 150 гр. 2. Вафля 20 гр.	1. Кисломолочка 150 гр. 2. Пирожок с повидлой 70 гр.	1. Молоко 150 гр. 2. Гренки с сыром 40 гр.
ужин	1. Суп молочный с крупой 150 гр. 2. Кофейный напиток 150 гр. 3. Хлеб пшеничный 20 гр.	1. Салат из зеленого горошка (кукурузы) с луком 45 гр. 2. Рыба запеченная с яйцом 70 гр. 3. Чай сладкий 200 гр. 4. Хлеб пшеничный 20 гр.	1. Запеканка из творога с молоком сгущенным 100/15 гр. 2. Чай сладкий 150 гр. 3. Хлеб пшеничный 20 гр.	1. Овощное рагу с яйцом 120 гр. 3. Кисель 150 гр. 4. Яйцо варенное 40 гр. 4. Хлеб пшеничный 20 гр.	1. Суп картофельный с рыбой 180 гр. 2. Чай сладкий 150 гр. 3. Хлеб пшеничный 20 гр.

	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
завтрак	1. Каша гречневая, рассыпчатая 150 гр. 2. Масло сливочное (порциями) 5 гр. 3. Хлеб пшеничный 40 гр. 4. Яйцо варенное 40 гр. 5. Чай с сахаром 150 гр.	1. Каша "Дружба" (рис/пшено) 150 гр. 2. Сыр (порциями) 10 гр. 3. Масло сливочное (порциями) 5 гр. 4. Хлеб пшеничный 40 гр. 5. Кофейный напиток 150 гр.	1. Каша рисовая на молоке 150 гр. 2. Масло сливочное (порциями) 5 гр. 3. Хлеб пшеничный 40 гр. 4. Какао с молоком 150 гр	1. Каша пшеничная на молоке 150 гр. 2. Сыр (порциями) 10 гр. 3. Масло сливочное (порциями) 5 гр. 4. Хлеб пшеничный 40 гр. 5. Кофейный напиток 150 гр.	1. Каша манная на молоке 150 гр. 2. Масло сливочное (порциями) 5 гр. 3. Хлеб пшеничный 40 гр. 4. Какао с молоком 150 гр.
2-ой завтрак	Сок 100 гр.	Банан 100 гр.	Банан 100 гр.	Сок 100 гр.	Сок 100 гр.
обед	1. Суп картофельный с клецками 150/9 гр. 2. Голубцы ленивые с томатной подливой 150 4. Компот из сухофруктов 150 гр. 5. Хлеб ржаной 40 гр	1. Салат из свеклы 40 гр. 2. Щи 150/9 гр. 3. Котлета мясная 60 гр. 4. Пюре картофельное 120 гр. 5. Компот из сухофруктов 150 гр. 6. Хлеб ржаной 40 гр.	1 Салат из белокочанной капусты 40 гр. 2. Свекольник со сметаной 150/9 гр. 3. Тушеная капуста 120 гр. 4. Куры отварные 60 гр. 5. Компот из сухофруктов 150 гр. 6. Хлеб ржаной 40 гр	1. Салат из моркови с изюмом 40 гр. Суп гороховый со сметаной 150/9 гр. 2. Гуляш 60 гр. 3. Макароны отварные 110 гр. 4. Компот из сухофруктов 150 гр. 5. Хлеб ржаной 40 гр.	1. Салат "Витаминный" 40 гр. 2. Суп крестьянский на м/к бульоне со сметаной 150/5 гр. 3. Запеканка картофельная с отварным мясом 150 гр. 4. Компот из сухофруктов 150 гр. 5. Хлеб ржаной 40 гр
полдник	1. Кисломолочка 150 гр. 2. Пряник 20 гр.	1. Молоко 150 гр. 2. Ватрушка 60 гр.	1. Молоко 180 2. Гренки с сыром 40 гр.	1. Молоко 150 гр. 2. Печенье 20 гр.	1. Кисломолочка 150 гр. 2. Сухарики 30 гр.
ужин	1. Вермишель молочная 150 гр. 2. Какао с молоком 150 гр. 3. Хлеб пшеничный 20 гр.	1. Салат из зеленого горошка консервированного 40 гр. 2. Омлет 60 гр. 3. Чай сладкий 150 гр. 4. Хлеб пшеничный 20 гр.	1. Сырники из творога с молоком сгущенным 140/20 гр 2. Чай сладкий 150 гр. 3. Хлеб пшеничный 20 гр	1. Тефтели рыбные 60 гр. 2. Картофельное пюре 120 гр. 3. Чай 150 гр. 4. Хлеб пшеничный 20 гр.	1. Блины с маслом 150/5 гр. 2. Чай сладкий 150 гр.

МЕНЮ ВЕСЕНЕ-ЛЕТНЕЕ САД 12 ЧАСОВ

заведующая МБДОУ

Ворезцова Н.В.



	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
завтрак	1. Макароны отварные 150 гр. 2. Масло сливочное (порциями) 7 гр. 3. Хлеб пшеничный 40 гр. 4. Яйцо варенное 40 гр. 5. Чай с сахаром 200 гр.	1. Каша "Рябчик" (рис/гречка) 200 гр. 2. Сыр (порциями) 15 гр. 3. Масло сливочное (порциями) 7 гр. 4. Хлеб пшеничный 40 гр. 5. Какао с молоком 200 гр.	1. Каша рисовая на молоке 200 гр. 2. Масло сливочное (порциями) 7 гр. 3. Хлеб пшеничный 40 гр. 4. Кофейный напиток 200 гр.	1. Каша манная 200 гр. 2. Масло сливочное (порциями) 7 гр. 3. Хлеб пшеничный 30 гр. 4. Какао с молоком 200 гр.	1. Каша пшеничная молочная 200 гр. 2. Сыр (порциями) 15 гр. 3. Масло сливочное (порциями) 7 гр. 4. Хлеб пшеничный 40 гр. 5. Кофейный напиток 200 гр. 6. Яйцо варенное 40 гр.
2-ой завтрак	Сок 100 гр.	Яблоко 100 гр.	Сок 100 гр.	Сок 100 гр.	Сок 100 гр.
обед	1. Салат из белокочанной капусты 60 гр. 2. Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной 200/11 гр. 3. Жаркое по домашнему 230 гр. 4. Компот из сухофруктов 200 гр. 5. Хлеб ржаной 50 гр.	1. Свежий огурец 60 гр. 2. Рассольник Ленинградский с мясом со сметанной 200/11 гр. 3. Суфле куриное 70 гр. 4. Картофельное пюре 150 гр. 5. Компот из сухофруктов 200 гр. 6. Хлеб ржаной 50 гр.	1. Салат летний 60 гр. 2. Борщ со сметаной 200/11 гр. 3. Котлета рубленая из птиц или кролика 80 гр. 4. Гороховая каша 180 гр. 5. Компот из сухофруктов 200 гр. 6. Хлеб ржаной 50 гр.	1. Салат витаминный 60 гр. 2. Суп крестьянский с крупой, курицей, со сметаной 200/6 гр. 3. Плов 200 гр. 4. Компот из сухофруктов 200 гр. 5. Хлеб ржаной 50 гр.	1. Свежий томат 60 гр. 2. Суп картофельный с вермишелью 200/11 гр. 3. Капуста тушенная с мясом, курой 200 гр. 4. Компот из сухофруктов 200 гр. 5. Хлеб ржаной 50 гр.
полдник	1. Молоко 180 гр. 2. Печенье 40 гр.	1. Кисломолочка 180 гр. 2. Булочка сдобная 90 гр.	1. Молоко 180 гр. 2. Вафля 40 гр.	1. Кисломолочка 180 гр. 2. Пирожок с повидлой 20 гр.	1. Молоко 180 гр. 2. Гренки с сыром 40 гр.
ужин	1. Суп молочный с крупой 200 гр. 2. Кофейный напиток 200 гр. 3. Хлеб пшеничный 40 гр.	1. Салат из зеленого горошка (кукурузы) с луком 60 гр. 2. Рыба запеченная с яйцом 80 гр. 3. Чай сладкий 200 гр. 4. Хлеб пшеничный 40 гр.	1. Запеканка из творога с молоком сгущенным 150/20 гр 2. Чай сладкий 200 гр. 3. Хлеб пшеничный 40 гр.	1. Овощное рагу с яйцом 150 гр. 3. Кисель 200 гр. 4. Яйцо варенное 40 гр 4. Хлеб пшеничный 30 гр.	1. Суп картофельный с рыбой 250 гр. 2. Чай сладкий 200 гр. 3. Хлеб пшеничный 40 гр.

	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
завтрак	1. Каша гречневая, рассыпчатая 200 гр. 2. Масло сливочное (порциями) 7 гр. 3. Хлеб пшеничный 40 гр. 4. Яйцо варенное 40 гр. 5. Чай с сахаром 200 гр.	1. Каша "Дружба" (рис/пшено) 200 гр. 2. Сыр (порциями) 15 гр. 3. Масло сливочное (порциями) 7 гр. 4. Хлеб пшеничный 40 гр. 5. Кофейный напиток 200 гр.	1. Каша рисовая на молоке 200 гр. 2. Масло сливочное (порциями) 7 гр. 3. Хлеб пшеничный 40 гр. 4. Какао с молоком 200 гр.	1. Каша пшенная на молоке 200 гр. 2. Сыр (порциями) 7 гр. 3. Масло сливочное (порциями) 5 гр. 4. Хлеб пшеничный 30 гр. 5. Кофейный напиток 200 гр.	1. Каша манная на молоке 200 гр. 2. Масло сливочное (порциями) 5 гр. 3. Хлеб пшеничный 30 гр. 4. Какао с молоком 200 гр.
2-ой завтрак	Сок 100 гр.	Банан 100 гр.	Банан 100 гр.	Банан 100 гр.	Сок 100 гр.
обед	1. Суп картофельный с клецками 200/11 гр. 2. Голубцы ленивые с томатной подливой 200 гр. 4. Компот из сухофруктов 200 гр. 5. Хлеб ржаной 50 гр.	1. Салат из свеклы 60 гр. 2. Щи 200/11 гр. 3. Котлета мясная 70 гр. 4. Пюре картофельное 150 гр. 5. Компот из сухофруктов 200 гр. 6. Хлеб ржаной 50 гр.	1 Салат из белокочанной капусты 60 гр. 2. Свекольник со сметаной 200/11 гр. 3. Тушеная капуста 160 гр. 4. Куры отварные 90 гр. 5. Компот из сухофруктов 200 гр. 6. Хлеб ржаной 50 гр.	1. Суп гороховый со сметаной 200/11 гр. 2. Гуляш 70 гр. 3. Макароны отварные 140 гр. 4. Компот из сухофруктов 200 гр. 5. Хлеб ржаной 50 гр.	1. Салат "Витаминный" 60 гр. 2. Суп крестьянский на м/к бульоне со сметаной 200/6 гр. 3. Жаркое по домашнему 200 гр. 4. Компот из сухофруктов 200 гр. 5. Хлеб ржаной 50 гр.
полдник	1. Кисломолочка 150 гр. 2. Пряник 30 гр.	1. Молоко 180 гр. 2. Ватрушка 70 гр.	1. Молоко 180 гр. 2. Гренки с сыром 40 гр.	1. Молоко 180 гр. 2. Печенье 40 гр.	1. Кисломолочка 180 гр. 2. Сухарики 30 гр.
ужин	1. Вермишель молочная 200 гр. 2. Какао с молоком 200 гр. 3. Хлеб пшеничный 40 гр.	1. Салат из зеленого горошка консервированного 60 гр. 2. Омлет 80 гр. 3. Чай сладкий 200 гр. 4. Хлеб пшеничный 40 гр.	1. Сырники из творога с молоком сгущенным 140/20 гр 2. Чай сладкий 200 гр. 3. Хлеб пшеничный 40 гр	1. Салат из зеленого горошка с репчатым луком 60 гр. 2. Омлет 180 гр. 3. Кисель 200 гр. 4. Хлеб пшеничный 30 гр.	1. Капуста тушенная с яйцом и сметанной 200/5 гр. 2. Чай сладкий 200 гр. 3. Хлеб пшеничный 30 гр.