|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№1 Завтрак**  Каша гречневая (безмолочная) 200  Чай с сахаром 200  Бутерброд с маслом 30/10 | **№2 Завтрак**  Каша манная молочная200  Какао с молоком 200  Бутерброд с маслом 30/10 | **№3 Завтрак**  Омлет 100  Кабачковая икра 60  Кофейный напиток с молоком 200  Бутерброд с сыром 30/30 | **№4 Завтрак**  Каша пшенная молочная200  Какао с молоком 200  Бутерброд с маслом 30/10 | **№5 Завтрак**  Каша геркулесовая молочная 200  Кофейный напиток с молоком 200  Бутерброд с маслом 30/10 |
| **2-завтрак**  Кефир 150  Печенье 20 | **2-завтрак**  Кефир 150  Сушка 20 | **2-завтрак**  Ряженка 150 | **2-завтрак**  Кефир 150 | **2-завтрак**  Кефир 150  Пряник 20 |
| **Обед**  Свежий помидор 60  Суп с рыбными консервами 200  Плов из птицы 140  Компот из сухофруктов200  Хлеб ржаной 50 | **Обед**  Свежий огурец 60  Суп вермишелевый 200  Ленивый голубец 160  Соус молочный 40  Напиток из шиповника200  Хлеб ржаной 50 | **Обед**  Салат из огурца и помидора 60  Борщ с мясом 200  Картофельная запеканка с мясом 140  Соус томатный 40  Компот из св./мор. ягод200  Хлеб ржаной 40 | **Обед**  Салат из свежей капусты 60  Суп гороховый 200  Картофельное пюре 130  Котлета мясная 70  Компот из сухофруктов200  Хлеб ржаной 50 | **Обед**  Свежий помидор 60  Щи с мясом 200  Макароны отварные 130  Печень по-строгановски120  Компот из св./мор.ягод 200  Хлеб ржаной 50 |
| **Полдник**  Сок 130  Яблоко 140 | **Полдник**  Сок 130  Апельсин 140 | **Полдник**  Сок 130  Банан 140 | **Полдник**  Кисель 200  Пирожок с капустой 70 | **Полдник**  Сок 130  Яблоко 140 |
| **Ужин**  Сырники 170  Соус сладкий 40  Хлеб пшеничный 50  Кофейный напиток с молоком 200 | **Ужин**  Салат из вареной свеклы с соленым огурцом 60  Рыба в омлете 170  Хлеб пшеничный 50  Чай с сахаром 200 | **Ужин**  Творожная запеканка с яблоком 170  Соус молочный 40  Хлеб пшеничный 50  Чай с сахаром 200 | **Ужин**  Винегрет 200  Хлеб пшеничный 50  Чай с сахаром 200 | **Ужин**  Салат картофельный с морковью и соленым огурцом 60  Рыба под овощами 170  Хлеб пшеничный 50  Чай с сахаром 200 |

**УТВЕРЖДАЮ**

*Заведующий МБДОУ «Детский сад №78»*

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А.Гуськова*

**10-ти дневное меню**

1 неделя, д/с

**УТВЕРЖДАЮ**

*Заведующий МБДОУ «Детский сад №78»*

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А.Гуськова*

**10-ти дневное меню**

2 неделя, д/с

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№1 Завтрак**  Каша гречневая (безмолочная) 200  Чай с сахаром 200  Бутерброд с маслом 30/10 | **№2 Завтрак**  Каша рисовая молочная 200  Какао с молоком 200  Бутерброд с маслом 30/10 | **№3 Завтрак**  Омлет 100  Кабачковая икра 60  Кофейный напиток с молоком 200  Бутерброд с сыром 30/30 | **№4 Завтрак**  Каша с вермишелью молочная 200  Какао с молоком 200  Бутерброд с маслом 30/10 | **№5 Завтрак**  Каша « Дружба» 200  Кофейный напиток с молоком 200  Бутерброд с маслом 30/10 |
| **2-завтрак**  Кефир 150  Сушка 20 | **2-завтрак**  Кефир 150  Пряник 20 | **2-завтрак**  Ряженка 150 | **2-завтрак**  Кефир 150 | **2-завтрак**  Кефир 150  Печенье 20 |
| **Обед**  Свежий огурец 60  Суп картофельный с геркулесом 200  Капуста тушеная 130  Котлета рубленая из птицы 80  Компот из св./мор.ягод200  Хлеб ржаной 50 | **Обед**  Салат из помидора и огурца 60  Щи с мясом 200  Макароны отварные 130  Азу 100  Компот из сухофруктов200  Хлеб ржаной 50 | **Обед**  Салат из свежей капусты 60  Суп рисовый 200  Картофельное пюре с морковью130  Биточек 70  Компот из св./мор.ягод200  Хлеб ржаной 50 | **Обед**  Свежий помидор 60  Суп рассольник 200  Куриный рулет с яйцом и луком 80  Тушеная свекла с яблоком130  Напиток из шиповника200  Хлеб ржаной 50 | **Обед**  Свежий огурец 60  Борщ с мясом 200  Жаркое по-домашнему160  Компот из сухофруктов200  Хлеб ржаной 50 |
| **Полдник**  Сок 130  Яблоко 140 | **Полдник**  Сок 130  Яблоко 140 | **Полдник**  Сок 130  Банан 140 | **Полдник**  Кисель 200  Пирожок с яблоком 70 | **Полдник**  Сок 130  Яблоко 140 |
| **Ужин**  Манные биточки 170  Соус сладкий 40  Хлеб пшеничный 40  Кофейный напиток с молоком 200 | **Ужин**  Картофель отварной 130  Оладьи из печени 120  Хлеб пшеничный 50  Чай с сахаром 200 | **Ужин**  Творожная запеканка с изюмом 170  Соус молочный 40  Хлеб пшеничный 40  Чай с сахаром 200 | **Ужин**  Овощное рагу 200  Хлеб пшеничный 50  Чай с сахаром 200 | **Ужин**  Рыбный биточек 80  Морковь с горошком в молочном соусе 130  Хлеб пшеничный 40  Чай с сахаром 200 |