

10-ти дневное меню

1 неделя, ясли

№1 Завтрак Каша гречневая (безмолочная) 150 Чай с сахаром 180 Бутерброд с маслом 20/9	№2 Завтрак Каша манная молочная 150 Какао с молоком 180 Бутерброд с маслом 20/9	№3 Завтрак Омлет 80 Кабачковая икра 40 Кофейный напиток с молоком 180 Бутерброд с сыром 20/20	№4 Завтрак Каша пшеничная молочная 150 Какао с молоком 180 Бутерброд с маслом 20/9	№5 Завтрак Каша геркулесовая молочная 150 Кофейный напиток с молоком 180 Бутерброд с маслом 20/9
2-завтрак Кефир 135 Печенье 12	2-завтрак Кефир 135 Сушка 12	2-завтрак Ряженка 135	2-завтрак Кефир 135	2-завтрак Кефир 135 Пряник 12
Обед Свежий помидор 40 Суп с рыбными консервами 180 Плов из птицы 120 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 40	Обед Свежий огурец 40 Суп вермишелевый 180 Ленивый голубец 140 Соус молочный 30 Напиток из шиповника 180 Хлеб ржаной 40	Обед Салат из огурца и помидора 40 Борщ с мясом 180 Картофельная запеканка с мясом 120 Соус томатный 30 Компот из св./мор. ягод 180 Хлеб ржаной 40	Обед Салат из свежей капусты 40 Суп гороховый 180 Картофельное пюре 110 Котлета мясная 50 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 40	Обед Свежий помидор 40 Щи с мясом 180 Макароны отварные 110 Печень по- строгановски 100 Компот из св./мор.ягод 180 Хлеб ржаной 40
Полдник Сок 125 Яблоко 135	Полдник Сок 125 Апельсин 135	Полдник Сок 125 Банан 135	Полдник Кисель 180 Пирожок с капустой 50	Полдник Сок 125 Яблоко 135
Ужин Сырники 150 Соус сладкий 30 Хлеб пшеничный 40 Кофейный напиток с молоком 180	Ужин Салат из вареной свеклы 40 Рыба в омлете 150 Хлеб пшеничный 40 Чай с сахаром 180	Ужин Творожная запеканка с яблоком 150 Соус молочный 30 Хлеб пшеничный 40 Чай с сахаром 180	Ужин Винегрет 180 Хлеб пшеничный 40 Чай с сахаром 180	Ужин Салат картофельный с морковью 40 Рыба под овощами 150 Хлеб пшеничный 40 Чай с сахаром 180

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №78»

В.А.Гуськова

10-ти дневное меню

2 неделя, ясли

<p>№1 Завтрак Каша гречневая (безмолочная) 150 Чай с сахаром 180 Бутерброд с маслом 20/9</p>	<p>№2 Завтрак Каша рисовая молочная 150 Какао с молоком 180 Бутерброд с маслом 20/9</p>	<p>№3 Завтрак Омлет 80 Кабачковая икра 40 Кофейный напиток с молоком 180 Бутерброд с сыром 20/20</p>	<p>№4 Завтрак Каша с вермишелью молочная 150 Какао с молоком 180 Бутерброд с маслом 20/9</p>	<p>№5 Завтрак Каша «Дружба» 150 Кофейный напиток с молоком 180 Бутерброд с маслом 20/9</p>
<p>2-завтрак Кефир 135 Сушка 12</p>	<p>2-завтрак Кефир 135 Пряник 12</p>	<p>2-завтрак Ряженка 135</p>	<p>2-завтрак Кефир 135</p>	<p>2-завтрак Кефир 135 Печенье 12</p>
<p>Обед Свежий огурец 40 Суп картофельный с геркулесом 180 Капуста тушеная 110 Котлета рубленая из птицы 60 Компот из св./мор.ягод180 Хлеб ржаной 40</p>	<p>Обед Салат из огурца и помидора 40 Щи с мясом 180 Макароны отварные 110 Азу 90 Компот из сухофруктов180 Хлеб ржаной 40</p>	<p>Обед Салат из свежей капусты 40 Суп рисовый 180 Картофельное пюре с морковью110 Биточек 50 Компот из св./мор.ягод180 Хлеб ржаной 40</p>	<p>Обед Свежий помидор 40 Суп рассольник 180 Куриный рулет с яйцом и луком 80 Тушеная свекла с яблоком110 Напиток из шиповника180 Хлеб ржаной 40</p>	<p>Обед Свежий огурец 40 Борщ с мясом 180 Жаркое по-домашнему140 Компот из сухофруктов180 Хлеб ржаной 40</p>
<p>Полдник Сок 125 Яблоко 135</p>	<p>Полдник Сок 125 Яблоко 135</p>	<p>Полдник Сок 125 Банан 135</p>	<p>Полдник Кисель 180 Пирожок с яблоком 50</p>	<p>Полдник Сок 125 Яблоко 135</p>
<p>Ужин Манные биточки 150 Соус сладкий 30 Хлеб пшеничный 40 Кофейный напиток с молоком 180</p>	<p>Ужин Картофель отварной 110 Оладьи из печени 100 Хлеб пшеничный 40 Чай с сахаром 180</p>	<p>Ужин Творожная запеканка с изюмом 150 Соус молочный 30 Хлеб пшеничный 40 Чай с сахаром 180</p>	<p>Ужин Овощное рагу 180 Хлеб пшеничный 40 Чай с сахаром 180</p>	<p>Ужин Рыбный биточек 60 Морковь с горошком в молочном соусе 110 Хлеб пшеничный 40 Чай с сахаром 180</p>