

Десятидневное меню МАДОУ - детский сад № 197

1 неделя

1 день		2 день		3 день		4 день		5 день	
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом-150/200 Какао с молоком-150/200 Батон йодированный с маслом-25/4;/30/6	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с мас.слив.-150/200 Кофейный напиток с молоком-180 Батон йодированный с маслом и сыром-20/4/6;/30/5/10	Каша манная молочная со сливочным маслом-150/200 Чай с молоком-150/200 Батон йодированный с маслом и сыром-20/4/6;/30/5/10	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом-150/200 Какао с молоком-150/200 Батон йодированный с маслом и сыром-20/4/6;/30/5/10	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом-150/200 Кофейный напиток с молоком-180 Батон йодированный с маслом-25/4;/30/6	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом-150/200 Кофейный напиток с молоком-180 Батон йодированный с маслом-25/4;/30/6	Второй завтрак Сок/100 Обед	Второй завтрак Сок/фрукт/100 Обед	Второй завтрак Сок/фрукт/100 Обед	Второй завтрак Сок/фрукт/100 Обед
Салат из отварной свеклы с черносливом и растительным маслом -30/50 «Щи» из свежей капусты со сметаной-150/200 Пудинг из мяса говядины-70/80 Картофельное пюре-150 Компот из сухофруктов-150/200 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40 /50	Салат из белокачанной капусты с морковью и раст.масл.-30/50 Суп-пюре из птиц-150/200 Плов из отварного мяса говядины-150/200 Компот из кураги и изюма-180 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40/50	Салат из морской капусты и моркови с раст. масл.-40/60гр Борщ со сметаной-150/200 Биточки(котлеты) рыбные паровые-70/80 Картофельное пюре-150 Компот из сухофруктов-150/200 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40 /50	Салат из отварного картофеля с реп.луком, сол.огурцом и раст.мас.-40/60 Суп-пюре гороховый-150/200 Котлета из мяса кури-60/80 Капуста тушеная-150 Напиток из шиповника-180 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40 /50	Салат из моркови с яблоком растительным маслом-45/60 Суп из овощей со сметаной-150/200 Гуляш из отварного мяса говядины-60/80 Каша гречневая рассыпчатая с овощами-120 Компот из сухофруктов-150/200 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40 /50	Салат из моркови с яблоком растительным маслом-45/60 Суп из овощей со сметаной-150/200 Гуляш из отварного мяса говядины-60/80 Каша гречневая рассыпчатая с овощами-120 Компот из сухофруктов-150/200 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40 /50	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник
Суфле творожное -120/150 Джем /15 Биокефир-200 Кондитерское изделие-12/20/30 Хлеб пшеничный-15/20	Макаронные изделия в молоке с масл. слив -150/200гр Шаньга с картофелем -60/90 Чай с сахаром-150 /200 Хлеб пшеничный -15/20	Омлет натуральный-100 Кисель из клюквы-150/200 Кондитерское изделие-12/20/30 Хлеб пшеничный -15/20	Пудинг из творога с морковью-120 Стушенное молоко-15 Чай с молоком-150/200 Хлеб пшеничный -15/20	Рагу из овощей-150 Ватрушка с повидлом-60/90 Чай с сахаром/лимоном-150/200 Хлеб пшеничный -15/20	Рагу из овощей-150 Ватрушка с повидлом-60/90 Чай с сахаром/лимоном-150/200 Хлеб пшеничный -15/20	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник



2 неделя

1 день		2 день		3 день		4 день		5 день		
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		
Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом-150/200 Какао с молоком-150/200 Батон йодированный с маслом-25/4;/30/6	Каша рисовая молочная со сливочным маслом-150/200 Кофейный напиток с молоком -180 Батон йодированный с маслом и сыром-20/4/6;/30/5/10	Каша ячневая молочная со сливочным маслом-150/200 Чай с молоком-150/200 Батон йодированный с маслом-25/4;/30/6	Каша гречневая молочная с маслом сливочным-150/200 Какао с молоком-150/200 Батон йодированный с маслом и сыром-20/4/6;/30/5/10	Каша кукурузная молочная со сливочным маслом-150/200 Кофейный напиток с молоком -180 Батон йодированный с маслом-25/4;/30/6	Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом-150/200 Какао с молоком-150/200 Батон йодированный с маслом-25/4;/30/6	Каша гречневая молочная с маслом сливочным-150/200 Какао с молоком-150/200 Батон йодированный с маслом и сыром-20/4/6;/30/5/10	Каша кукурузная молочная со сливочным маслом-150/200 Кофейный напиток с молоком -180 Батон йодированный с маслом-25/4;/30/6	Каша гречневая молочная с маслом сливочным-150/200 Какао с молоком-150/200 Батон йодированный с маслом и сыром-20/4/6;/30/5/10	Каша кукурузная молочная со сливочным маслом-150/200 Кофейный напиток с молоком -180 Батон йодированный с маслом-25/4;/30/6	Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом-150/200 Какао с молоком-150/200 Батон йодированный с маслом-25/4;/30/6
Второй завтрак Сок/100	Второй завтрак Сок/фрукт/100	Второй завтрак Сок/фрукт/100	Второй завтрак Сок/фрукт/100	Второй завтрак Сок/фрукт/100	Второй завтрак Сок/фрукт/100	Второй завтрак Сок/фрукт/100	Второй завтрак Сок/фрукт/100	Второй завтрак Сок/фрукт/100	Второй завтрак Сок/фрукт/100	
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	
Салат отварной свеклы с растительным маслом-30/50 Рассольник со сметаной-150/200 Запеканка картофельная фаршированная отварным мясом говядины-150/200 Компот из сухофруктов-150/200 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40 /50	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и раст. маслом-30/50гр Свекольник со сметаной-150/200 Биточки из мяса говядины-60/80 Макароны отварные-100/110 Компот из кураги и изюма-180 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40 /50	Салат из белокочанной капусты с кукурузой ,луком и раст масс.-30/50 Суп картофельный со сметаной-150/200 Ясли: Кнели рыбные паровые-70 Сад: Рыба жареная-80 Рис припущенный с овощами-100/130 Компот из сухофруктов-150/200 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40 /50	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом-30/50 Суп-лапша на курином бульоне -150/200 Бигус из мяса кур-180 Напиток шиповника-180 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40 /50	Салат из моркови с раст.маслом-30/50 Суп крестьянский с крупой и сметаной-150/200 Котлета говядины -60/80 Картофельное пюре-150 Компот из чернослива и изюма-180 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40 /50	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом-30/50 Суп-лапша на курином бульоне -150/200 Бигус из мяса кур-180 Напиток шиповника-180 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40 /50	Салат из моркови с раст.маслом-30/50 Суп крестьянский с крупой и сметаной-150/200 Котлета говядины -60/80 Картофельное пюре-150 Компот из чернослива и изюма-180 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40 /50	Салат из моркови с раст.маслом-30/50 Суп крестьянский с крупой и сметаной-150/200 Котлета говядины -60/80 Картофельное пюре-150 Компот из чернослива и изюма-180 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40 /50	Салат из моркови с раст.маслом-30/50 Суп крестьянский с крупой и сметаной-150/200 Котлета говядины -60/80 Картофельное пюре-150 Компот из чернослива и изюма-180 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40 /50	Салат из моркови с раст.маслом-30/50 Суп крестьянский с крупой и сметаной-150/200 Котлета говядины -60/80 Картофельное пюре-150 Компот из чернослива и изюма-180 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40 /50	
Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	
Запеканка из творога с -120/150 Джем -15 Кондитерское изделие-12/20/30 Ряженка-200 Хлеб пшеничный -15/20	Картофель в молоке-130 Сдоба обыкновенная-50 /60 Чай с сахаром-150/200 Хлеб пшеничный -15/20	Ясли:Омлет (запеченный) -100 Сад:Омлет с сыром-110 Кисель из клюквы-150/200 Кондитерское изделие-12//20/30 Хлеб пшеничный -15/20	Запеканка из творога с яблоком-120 Стушенное молоко-15 Чай с лимоном-150/200 Хлеб пшеничный/30 Хлеб пшеничный -15/20	Рис в молоке со слив.масл.-150/180 Манник-80 Чай с сахаром -150/200 Хлеб пшеничный -15/20	Запеканка из творога с яблоком-120 Стушенное молоко-15 Чай с лимоном-150/200 Хлеб пшеничный/30 Хлеб пшеничный -15/20	Рис в молоке со слив.масл.-150/180 Манник-80 Чай с сахаром -150/200 Хлеб пшеничный -15/20	Запеканка из творога с яблоком-120 Стушенное молоко-15 Чай с лимоном-150/200 Хлеб пшеничный/30 Хлеб пшеничный -15/20	Рис в молоке со слив.масл.-150/180 Манник-80 Чай с сахаром -150/200 Хлеб пшеничный -15/20	Рис в молоке со слив.масл.-150/180 Манник-80 Чай с сахаром -150/200 Хлеб пшеничный -15/20	