

Десятидневное меню МАДОУ - детский сад № 197

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ детский сад № 197
О.Г. Маркова
« 01.06.2021 г.



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;/31/7		Каша молочная ассорти (рис, пшено) с мас.слив.-150/200 Кофейный напиток с молоком -180 Батон йодированный с маслом и сыром-20/4/7;/30/5/10		Каша манная молочная со сливочным маслом-150/200 Чай с молоком-150/200 Батон йодированный с маслом и сыром-20/4/7;/30/5/10		Каша пшеничная молочная со сливочным маслом-150/200 Какао с молоком-150/200 Батон йодированный с маслом и сыром-20/4/7;/30/5/10		Каша пшеничная молочная со сливочным маслом-150/200 Кофейный напиток с молоком -180 Батон йодированный с маслом-25/4;/31/7	
Второй завтрак Сок/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	
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 помидор-55гр Суп-пюре из птиц-150/200 Плов из отварного мяса говядины-150/200 Компот из кураги и изюма-180/200 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40/50		Салат из свежих огурцов с раст.мас.-45гр 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 помидор и огурцов с зеленью-40гр 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 свежих огурцов с раст.мас.-45гр 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		Уплотненный полдник	
Суфле творожное -120/150 Джем -8/10 Бюкефир-200 Кондитерское изделие-12/20/30 Хлеб пшеничный-15/20		Макаронные-изделия в молоке с масл. слив -150/200гр Шанга с картофелем -60/90 Чай с сахаром-150 /200 Хлеб пшеничный -15/20		Омлет натуральный-100 Напиток из клюквы-180гр Кондитерское изделие-12/20/30 Хлеб пшеничный -15/20		Пудинг из творога с морковью-120 Сгущенное 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	

2 неделя

1 день Завтрак	2 день Завтрак	3 день Завтрак	4 день Завтрак	5 день Завтрак
<p>Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом-150/200 Какао с молоком-150/200 Батон йодированный с маслом-25/4;/31/7</p>	<p>Каша рисовая молочная со сливочным маслом-150/200 Кофейный напиток с молоком -180 Батон йодированный с маслом и сыром-20/4/7;/30/5/10</p>	<p>Каша ячневая молочная со сливочным маслом-150/200 Чай с молоком-180 Батон йодированный с маслом-25/4;/31/7</p>	<p>Каша гречневая молочная с маслом сливочным-150/200 Какао с молоком-150/200 Батон йодированный с маслом и сыром-20/4/7;/30/5/10</p>	<p>Каша кукурузная молочная со сливочным маслом-150/200 Кофейный напиток с молоком -180 Батон йодированный с маслом-25/4;/31/7</p>
<p>Второй завтрак Сок/фрукт/100</p> <p>Обед</p>	<p>Второй завтрак Сок/фрукт/100</p> <p>Обед</p>	<p>Второй завтрак Сок/фрукт/100</p> <p>Обед</p>	<p>Второй завтрак Сок/фрукт/100</p> <p>Обед</p>	<p>Второй завтрак Сок/фрукт/100</p> <p>Обед</p>
<p>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</p>	<p>Салат из помидор-55гр Свекольник со сметаной-150/200 Мясо говядины ,тушеное с овощами-180 Компот из кураги и изюма-180 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40 /50</p>	<p>Салат из свежих огурцов с раст.мас.-45 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</p>	<p>Салат из помидор и огурцов с зеленью-40гр Суп-лапша на курином бульоне -150/200 Бигус из мяса кур-180 Напиток шиповника-180 Хлеб пшеничный-20/30 Хлеб ржаной-40 /50</p>	<p>Салат из свежих огурцов с раст.мас.-45 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</p>
<p>Уплотненный полдник</p>	<p>Уплотненный полдник</p>	<p>Уплотненный полдник</p>	<p>Уплотненный полдник</p>	<p>Уплотненный полдник</p>
<p>Запеканка из творога с -120/150 Джем -8/10 Кондитерское изделие-12/20/30 Ряженка-200 Хлеб пшеничный -15/20</p>	<p>Макаронные изделия отварные с сыром-110 Пирожок с капустой-60/80 Чай с сахаром-150/200 Хлеб пшеничный -15/20</p>	<p>Омлет (запеченный) -100 Напиток из клюквы-180гр Кондитерское изделие-12//20/30 Хлеб пшеничный -15/20</p>	<p>Запеканка из творога с изюмом-120/150 Сгущенное молоко-15 Чай с лимоном-150/200 Хлеб пшеничный/30 Хлеб пшеничный -15/20</p>	<p>Рис в молоке со слив.масл.-150/180 Манник-80 Чай с сахаром -150/200 Хлеб пшеничный -15/20</p>