

**Основное меню на 10 дней (10,5 часовое пребывание)
Летне-осеннее меню 2021 года**



Утверждено

заведующий МБДОУ «Детский сад

«Сказка» с. Пожарское»

РАЙОНА

РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ОГРН 1159102029020

ИНН 9109010250

В.Я.Кириленко

1 неделя

Трукач №169 от 25.05.21.

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Каша молочная жидкая пшеничная(160/210) Хлеб пшеничный (25/30) Масло сливочное (5/5) Сыр(7/10) Чай (150/7;180/10)	Суп молочный с гречневой крупой(150/200) Хлеб пшеничный(25/30) Масло сливочное(5/5) Кофейный напиток с молоком(150/180)	Каша молочная жидкая манная(160/210) Хлеб пшеничный (25/30) Масло сливочное(5/5) Сыр(7/10) Чай (150/7;180/10)	Суп молочный с пшённой крупой (150/200) Хлеб пшеничный (25/30) Масло сливочное (5/5) Какао с молоком (150/180)	Каша молочная жидкая с овсяными хлопьями (150/200) Хлеб пшеничный (25/30) Масло сливочное(5/5) Сыр (7/10) Чай (150/7;180/10)
2 завтрак	Сок фруктовый (80/80)	Сок фруктовый (80/80)	Сок фруктовый (80/80)	Сок фруктовый (80/80)	Сок фруктовый(80/80)
Обед	Салат из свежих огурцов (40/60) Щи с капустой и картофелем (150/200) Рыба, тушеная с овощами (треска) (60/80) Картофельное пюре(100/120) Компот из свежих плодов (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)	Салат из свежих помидоров с луком 40/60 Суп картофельный с горохом (150/200) Макаронник с мясом говядины (или печени) (125/165) Напиток из шиповника (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный (25/30)	Салат из моркови с яблоком(40/60) Борщ вегетарианский со сметаной(150/200) Птица, тушенная в соусе с овощами (180/230) Компот из свежих плодов(150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный (25/30)	Салат из свежих помидоров и огурцов(40/60) Суп рыбный /горбуша(150/200) Голубцы ленивые (120/15;160/30) Компот из сухофруктов(150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный (25/30)	Салат из белокочанной капусты(40/60) Рассольник ленинградский со сметаной(150/3;200/4) Биточки рубленые говяжьи(50/65) Картофель отварной (120/150) Компот из свежих плодов (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)
Полдник	Омлет натуральный (65/85) Хлеб отрубной(10/15) Кондитерское изделие(18/30) Кефир(150/180) Фрукты (80/80)	Пирожки печёные из дрожжевого теста с яблоками(50/70) Молоко кипячённое (150/180) Фрукты (80/80)	Запеканка из творога (65/130) Ряженка (150/180) Фрукты (80/80)	Булочка школьная (50/70) Кисель из смородины чёрной(150/180) Фрукты(80/80)	Сырники из творога с джемом (90/120) Кисломолочный напиток (150/180) Фрукты (80/80)

2 неделя

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Суп молочный с манной крупой (150/200) Хлеб пшеничный (25/30) Масло (5/5) Чай(150/180)	Каша жидкая молочная пшеничная(160/210) Хлеб пшеничный(25/30) Сыр (7/10) Масло (5/5) Какао с молоком(150/180)	Суп молочный с макаронными изделиями (150/200) Хлеб пшеничный(25/30) Масло(5/5) Чай (150/180)	Каша жидкая молочная с пшённой крупой (160/210) Хлеб пшеничный (25/30) Сыр(7/10) Масло (5/5) Кофейный напиток с молоком(150/180)	Суп молочный с овсяными хлопьями (150/200) Хлеб пшеничный(25/30) Масло (5/5) Чай (150/180)
2 завтрак	Сок фруктовый(80/80)	Сок фруктовый(80/80)	Сок фруктовый(80/80)	Сок фруктовый (80/80)	Сок фруктовый (80/80)
Обед	Салат из свежих огурцов (40/60) Борщ с капустой и картофелем со сметаной (150/3;200/4) Биточки рыбные запечённые (треска)(60/80) Картофельное пюре (100/120) Напиток из шиповника (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)	Салат из свежих помидоров и огурцов (40/60) Суп картофельный с клёцками(150/200) Жаркое по-домашнему (170/220) Компот из свежих плодов (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)	Салат из моркови(40/60) Рассольник домашний со сметаной(150/3;200/4) Птица, тушенная в соусе с овощами(180/230) Компот из сухофруктов (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)	Салат из белокочанной капусты, огурцов и сладкого перца(40/60) Суп картофельный вегетарианский(150/200) Запеканка из печени с рисом(150/5;180/5) Компот из свежих плодов (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)	Салат из свежих помидоров с луком (40/60) Суп рыбный (горбуша) (150/200) Шницели говяжьи рубленые (50/65) Рагу из овощей с кабачком(105/155) Компот из сушеных фруктов- изюм (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный (25/30)
Полдник	Омлет с сыром(65/85) Хлеб отрубной(10/15) Кондитерское изделие (18/30) Кефир (150/180) Фрукты (80/80)	Пудинг из творога с изюмом(65/105) Кисель из смородины чёрной(150/180) Фрукты(80/80)	Пирожок печёный из дрожжевого теста с повидлом(50/70) Кисломолочный напиток (150/180) Фрукты (80/80)	Рыба, запечённая в омлете(60/80) Хлеб отрубной(10/15) Чай сладкий(150/180) Фрукты (80/80)	Ватрушка с творогом (50/70) Ряженка (150/180) Зефир (18/30) Фрукты (80/80)