

Основное меню на 10 дней (10,5 часовое пребывание)
Летне-осеннее меню 2022 года

Утверждено
 заведующий МБДОУ «Детский сад
 «Сказка» с. Пожарское»

 В.Я.Кириленко

1 неделя

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Каша молочная жидкая манная (155/205) Бутерброд с маслом сливочным(25/5;30/5) Чай сладкий (150/180)	Суп молочный с гречневой крупой (150/200) Бутерброд с маслом сливочным(25/5;30/5) Кофейный напиток с молоком (150/180)	Каша молочная жидкая пшеничная (160/210) Бутерброд с маслом и сыром (25/5/7;30/5/10) Чай сладкий (150/180)	Суп молочный с пшённной крупой (150/200) Бутерброд с маслом сливочным(25/5;30/5) Какао с молоком (150/180)	Каша молочная жидкая с овсяными хлопьями (150/200) Бутерброд с маслом сливочным(25/5;30/5) Чай сладкий (150/180)
2 завтрак	Сок фруктовый (80/80)	Фрукты (80/80)	Сок фруктовый (80/80)	Фрукты (80/80)	Сок фруктовый (80/80)
Обед	Салат из белокочанной капусты, огурцов и сладкого перца (40/60) Суп картофельный с крупой (150/200) Рыба , тушенная 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) Щи с капустой и картофелем (153/204) Макаронные изделия отварные (90/120) Печень по-строгановски (80/100) 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) Котлета рубленая из птицы (60/80) Рагу из овощей с кабачком (105/155) Компот из свежих плодов (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)	Салат из свежих 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) Свекольник (150/3;200/4) Тефтели рыбные тушеные (60/15;80/30) Картофельное пюре (100/120) Компот из свежих плодов (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)
Полдник	Омлет натуральный (65/85) Хлеб отрубной (10/15) Кефир (100/100)	Пирожки печеные с яблоками (50/70) Молоко кипяченое (150/180)	Запеканка из творога (65/130) Ряженка (100/100)	Икра свекольная (40/60) Яйцо(40/40) Хлеб отрубной(10/15) Чай сладкий (150/180)	Булочка школьная (50/70) Кофейный напиток (150/180)

2 неделя

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Суп молочный с манной крупой 150/200 Бутерброд с маслом сливочным(25/5;30/5) Чай сладкий (150/180)	Каша жидкая молочная пшеничная (155/205) Бутерброд с маслом и сыром (25/5/7;30/5/10) Какао с молоком (150/180)	Омлет натуральный (65/85) Бутерброд с маслом сливочным(25/5;30/5) Чай сладкий (150/180)	Каша жидкая молочная с пшенной крупой (155/205) Бутерброд с маслом сливочным(25/5;30/5) Кофейный напиток с молоком (150/180)	Суп молочный с макаронными изделиями (150/200) Бутерброд с маслом и сыром (25/5/7;30/5/10) Чай сладкий (150/180)
2 завтрак	Фрукты (80/80)	Сок фруктовый (80/80)	Фрукты (80/80)	Сок фруктовый (80/80)	Фрукты (80/80)
Обед	Салат из свежих огурцов (40/60) Суп картофельный с бобовыми (150/200) Биточки рыбные запеченные/треска/(60/80) Картофельное пюре (100/120) Напиток из шиповника (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный (25/30)	Салат из моркови (40/60) Суп картофельный с клёцками (150/200) Запеканка капустная с мясом (100/150) Компот из свежих плодов (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)	Салат из свежих помидоров и огурцов (40/60) Щи зеленые (150/200) Птица тушеная (60/60;80/80) Макаронные изделия отварные (90/120) Сок фруктовый(150/150) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный (25/30)	Салат из белокочанной капусты, огурцов и сладкого перца (40/60) Суп картофельный вегетарианский(150/200) Тефтели из печени с рисом (60/80) Рагу из овощей с кабачком (105/155) Компот из сухофруктов (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный (25/30)	Салат из свежих помидоров с луком (40/60) Суп рыбный/горбуша/ (150/200) Каша рассыпчатая пшеничная «Артек» (125/155) Гуляш из отварного мяса (90/120) Компот из свежих плодов (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)
Полдник	Омлет натуральный (65/85) Хлеб отрубной (10/15) Кефир (100/100)	Пирожок печёный из дрожжевого теста с повидлом (50/70) Чай сладкий (150/180)	Пудинг из творога с изюмом (65/105) Кисломолочный напиток (100/100)	Рыба , запечённая с картофелем (60/80) Хлеб отрубной (10/15) Чай сладкий (150/180)	Ватрушка с творогом (50/70) Ряженка (100/100)