

Основное меню на 10 дней (10,5 часовое пребывание)

Зима - весна

1 неделя



Утверждено
заведующий МБДОУ «Детский сад
«Сказка» с. Пожарское»
В.Я.Кириленко
Приказ от 09.02.2022. № 83

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Каша молочная манная(155/5;205/5) Бутерброд с маслом сливочным(25/5;30/5) Чай с лимоном (150/180)	Суп молочный с рисом(150/200) Бутерброд с маслом и сыром (25/5/7;30/5/10) Чай с молоком(150/180) Кондитерское изделие (18/30)	Каша молочная пшённая(160/210) Бутерброд с маслом сливочным(25/5;30/5) Чай с лимоном (150/180)	Суп молочный с овсяными хлопьями (150/200) Бутерброд с маслом и сыром (25/5/7;30/5/10) Кофейный напиток с молоком сгущенным. (150/180)	Каша молочная жидкая пшеничная(150/5;205/5) Бутерброд с маслом сливочным(25/5;30/5) Чай с лимоном (150/180) Кондитерское изделие (18/30)
2 завтрак	Фрукты(80/80)	Сок (80/80)	Фрукты(80/80)	Сок (80/80)	Фрукты(80/80)
Обед	Салат из солёных огурцов с луком(40/60) Суп картофельный с бобовыми (150/200) Рыба тушеная с овощами(60/80) Картофельное пюре (100/120) Компот из сухофруктов (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)	Икра кабачковая(40/60) Борщ с картофелем и капустой со сметаной (150/3;200/4) Макаронник с мясом говядины (или печени)(125/165) Напиток из шиповника(150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30) Запеканка из творога со сгущенным молоком (50/10;100/10) - Кефир (100/100)	Салат с картофелем и соленым огурцом(40/60) Суп с рыбными фрикадельками(150/200) Плов из филе птицы (120/160) Сок (150/150) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)	Салат из свеклы с зелёным горошком(40/60) Рассольник ленинградский со сметаной(150/3;200/4) Биточки мясные(60/80) Капуста тушеная (120/150) Компот из свежих фруктов(150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)	Щи с квашеной капустой со сметаной(150/3;200/4) Котлеты рубленые из птицы(60/15;80/30) Каша гречневая рассыпчатая(90/115) Компот из сухофруктов (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)
Полдник	Омлет натуральный (65/85) Хлеб отрубной(10/15) Молоко кипячённое (150/180)		Ватрушка с повидлом (50/70) Какао с молоком (150/180)	Сырники из творога (50/15;100/30) Кисломолочный напиток (100/100)	Винегрет овощной (40/60) Яйцо (40/40) Хлеб отрубной(10/15) Чай сладкий(150/180)

2 неделя

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями (150/200) Бутерброд с маслом сливочным и сыром (25/5/7;30/5/10) Чай с лимоном (150/180)	Каша жидкая молочная пшеничная(150/200) Бутерброд с маслом сливочным(25/5;30/5) Какао с молоком(150/180) Кондитерское изделие(18/30)	Суп молочный с пшённой крупой(150/200) Бутерброд с маслом сливочным и сыром (25/5/7;30/5/10) Чай с лимоном (150/180)	Каша жидкая молочная с овсяными хлопьями (150/200) Бутерброд с маслом сливочным(25/5;30/5) Чай сладкий (150/180) Кондитерское изделие (18/30)	Суп молочный с гречневой крупой(150/200) Бутерброд с маслом сливочным(25/5;30/5) Чай с лимоном (150/180)
2 завтрак	Сок (80/80)	Фрукты(80/80)	Сок (80/80)	Фрукты(80/80)	Сок (80/80)
Обед	Икра кабачковая(40/60) Суп картофельный с бобовыми(150/200) Котлеты рыбные запеченные(60/80) Картофельное пюре (100/120) Компот из свежих фруктов (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)	Салат из свеклы с яблоками (40/60) Суп картофельный с мясными фрикадельками(150/200) Птица тушеная в соусе с овощами(180/230) Напиток из шиповника (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)	Суп рыбный (горбуша) (150/200) Тефтели мясные(60/80) Капуста тушеная(120/150) Компот из сухофруктов (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)	Салат из солёных огурцов(40/60) Борщ с капустой и картофелем со сметаной(150/3;200/4) Запеканка из печени с рисом(150/5;180/5) Сок(150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный (25/30)	Винегрет овощной(40/60) Суп с клецками (150/200) Тефтели рыбные тушеные в сметанном соусе(60/15;80/30) Картофельное пюре (100/120) Компот из сухофруктов (150/180) Хлеб отрубной(25/30) Хлеб пшеничный(25/30)
Полдник	Омлет натуральный (65/85) Хлеб пшеничный(10/15) Молоко кипячённое (150/180)	Пудинг из творога с изюмом (50/15;80/25) Кофейный напиток с молоком сгущенным.(150/180)	Пирожки печёные с повидлом(50/70) Кефир(100/100)	Ленивые вареники со сгущенным молоком (60/20;100/20) Кисель из натурального сока (150/180)	Драчена (60/80) Ряженка (100/100)