

циклическое 10-ти дневное МЕНЮ на 01 сентября 2024 года

МБДОУ "Детский сад "Родничок" гор. Строитель"

	ЗАВТРАК	выход блюд		2-й завтрак	выход блюд		ОБЕД	выход блюд		ПОЛДНИК	выход блюд	
		ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад
		гр	гр		гр	гр		гр	гр		гр	гр
1 день	каша гречневая вязкая на молоке бутерброд с маслом чай с молоком	200 30 4 150	200 35 5 200	сок яблочный			хлеб ржано-пшеничный салат овощной суп крестьянский с крупой картофельное пюре котлета рыбная компот из сухофруктов	45 40 180 100 60 150	50 50 200 150 70 200	ленивые вареники чай с сахаром	100 150	120 200
2 день	каша пшеничная молочная бутерброд с повидлом чай с сахаром и лимоном	200 30 10 150 4	200 35 15 200 5	бананы	85	85	хлеб ржано-пшеничный рассольник со сметаной птица отварная с овощами, каша гречневая рассыпчатая компот из сухофруктов	45 180/5 60 120 150	50 200/5 80 140 200	запеканка творожная со сгущенкой кофейный напиток	70 10 150	100 15 200
3 день	каша молочная ячневая бутерброд с маслом чай с сахаром	200 30 4 150	200 35 5 200	сок яблочный	130	150	хлеб ржано-пшеничный суп картофельный с клецками капуста тушеная, тефтели из говядины с рисом компот из сухофруктов	45 180 100 60 150	50 200 150 80 200	макароны с сыром печенье чай с сахаром	100 4 24 150	120 6 24 200
4 день	суп молочный вермешеливый бутерброд с маслом и сыром чай с сахаром лимоном	200 30 4, 8 150	200 35 5, 10 200	сок яблочный	130	150	хлеб ржано-пшеничный салат из свеклы щи из свежей капусты со сметаной плов из говядины компот из сухофруктов	45 40 180 5 130 150	50 50 200 5 170 200	оладьи с повидлом кефир	60 10 140	80 13 170
5 день	каша ассорти "Дружба" бутерброд с маслом и сыром чай с сахаром лимоном	200 30 4, 8 150 4	200 35 5, 10 200 5	яблоки	100	100	хлеб ржано-пшеничный свекольник со со сметаной картофельное пюре котлета рубленая из мяса птицы кисель	45 180 5 100 60 150	50 200 5 150 75 200	блинчики со сгущенкой какао	70 5 150	80 7 200
6 день	каша геркулесовая молочная бутерброд с маслом какао с молоком	200 30 4 150	200 35 5 200	сок яблочный	130	150	хлеб ржано-пшеничный суп из рыбных консерв с пшеном картофельное пюре оладьи из печени компот из сухофруктов	45 180 5 100 70 150	50 200 5 150 90 200	булочка чай с сахаром (йогурт)	60 150 130	70 200 160
7 день	каша пшеничная молочная бутерброд с маслом чай с сахаром лимоном	200 30 4 150 4	200 35 5 200 5	сок яблочный	130	150	хлеб ржано-пшеничный суп полевой со сметаной и яйцом макароны отварные фрикадельки из кур. компот из сухофруктов	45 180 5 130 50 150	50 200 5 150 75 200	творожники песочные Кефир	60 140	85 170
8 день	каша рисовая молочная бутерброд с маслом и сыром чай с сахаром	200 30 4, 8 150	200 35 5, 10 200	сок яблочный	130	150	хлеб ржано-пшеничный борщ с фасолью со сметаной каша гречневая рассыпчатая гуляш из отварной говяд компот из сухофруктов	45 180 5 120 70 150	50 200 5 140 90 200	омлет кабачковая икра какао хлеб ржано пшеничный	60 35 150 10	80 40 200 11
9 день	каша манная молочная бутерброд с маслом чай с сахаром и лимоном	200 30 4 150 4	200 35 5 200 5	бананы	85	85	хлеб ржано-пшеничный гороховый суп с гренками сельдь с луком жаркое по-домашнему с говядиной компот из сухофруктов	45 180 10 40 150 150	50 200 18 60 180 200	сырники творожные со сгущенкой чай с сахаром	90 10 150	100 15 200
10 день	каша кукурузная молочная бутерброд с маслом и сыром чай с сахаром лимоном	200 30 4, 8 150 4	200 35 5, 10 200 5	яблоки	100	100	хлеб ржано-пшеничный суп вермешелевый на к/б голубцы ленивые из мяса кур кисель	45 170 140 150	50 200 170 200	манник с соусом из повидла чай с сахаром	80 15 150	140 20 200