

1 неделя

И.В. Перевозчикова

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак: Суп молочный с крупой (рис), 200 чай с молоком, 180. Бутерброд с маслом сливочным.40 Второй завтрак: пряник/сок Обед: Салат из квашеной капусты с луком, 60 Суп картофельный с клецками , 200 Каша гречневая, рассыпчатая, 150 Гуляш из отварного мяса, 80 Компот из сухофруктов, 180 Хлеб пшеничный, хлеб ржаной. 30/40 Полдник: Суп-пюре из картофеля , 200 Чай с сахаром, 180 хлеб ржаной.40	Завтрак: Каша вязкая молочная пшеничная, 205 Какао с молоком, 180 Бутерброд с сыром 50 Второй завтрак: Банан Обед: Салат из свежих огурцов, 60 Рассольник на мясном бульоне, 200 пюре из бобовых, 150 тефтели мясные, 80 Компот из сухофруктов, 180 Хлеб пшеничный, хлеб ржаной.30/40 Полдник: Пудинг из творога со сгущенным молоком , 130 Чай с сахаром,180 хлеб ржаной.40	Завтрак: Каша вязкая молочная пшеничная, 205, Кофейный напиток с молоком, 180 Бутерброд с маслом сливочным.40 Второй завтрак: Яблоко Обед: Салат из свежих помидоров и огурцов , 60 Борщ с капустой и картофелем, 200 Макаронные изделия отварные, 180 биточки из говядины, 80 Компот из свежих плодов (яблоко), 180 Хлеб пшеничный, хлеб ржаной. 30/40 Полдник: Омлет натуральный, 100 Чай с сахаром, 180 хлеб ржаной.40	Завтрак: Каша вязкая молочная ячневая, 205 Какао с молоком, 180 Бутерброд с сыром , 50 Второй завтрак: Сок Обед: Винегрет овощной , 60 Суп картофельный с макаронными изделиями, 200 каша перловая, 180 Рыба, тушенная с овощами, 70 Компот из сухофруктов, 180 Хлеб пшеничный, хлеб ржаной. 30/40 Полдник: Котлеты морковные со сгущенным молоком, 155 Кисель из свежих ягод (клюква), 180 хлеб ржаной.40	Завтрак: Каша жидкая молочная манная, 210 Салат из свежей моркови , 60 Кофейный напиток, 180 Бутерброд с маслом сливочным 40 Второй завтрак: Бифидфрут Обед: Салат из соленых огурцов с луком , 60 Суп картофельный с крупой (геркулес), 200 мясо, тушеное с овощами 220 Компот из сухофруктов, 180 Хлеб пшеничный, хлеб ржаной.30/40 Полдник: Булочка домашняя / пирожок с рисом и яйцом 100 Чай с сахаром. 180

Десятидневное меню (осень-зима)

Утверждаю _____ Заведующий МБДОУ Детский сад №4 с. Якшур-Бодья

2 неделя

И.В. Перевозчикова

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак: Каша вязкая молочная пшеничная,205 чай с сахаром.180 Бутерброд с маслом сливочным 40 Второй завтрак: Сок Обед: Салат из квашеной капусты 60 Пуштыш 200 Плов из птицы. 210 Компот из сухофруктов, 180 Хлеб пшеничный, хлеб ржаной. 30/40 Полдник: Суп молочный с макаронными изделиями 200 Чай с сахаром, 180 хлеб ржаной.40	Завтрак: Каша молочная пшеничная.205 Какао с молоком.180 Бутерброд с сыром 50 Второй завтрак: Сок /коржик молочный Обед: Салат из соленых огурцов с луком 60 борщ с картофелем,200 пюре картофельное, 150 Котлета рыбная,70 Компот из сухофруктов, 180 Хлеб пшеничный, хлеб ржаной. 30/40 Полдник: Каша гречневая рассыпчатая, 205 яйцо отварное1/2 Чай с сахаром, 180 хлеб ржаной 40	Завтрак: Каша вязкая молочная рисовая 205 кофейный напиток с молоком, 180 Бутерброд с повидлом.40 Второй завтрак: Груша Обед: Салат из свежих помидоров и огурцов , 60 Суп картофельный с крупой (рис), 180 капуста тушеная с мясом, 250 Компот из свежих плодов 180 Хлеб пшеничный, хлеб ржаной. 30/40 Полдник: Суп-крем из разных овощей, 250 чай с сахаром, 180 хлеб ржаной.40	Завтрак: Каша вязкая молочная «Геркулес», 205 Салат из моркови Какао с молоком,180 Бутерброд с сыром 50 Второй завтрак: Яблоко Обед: Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком 60 Суп картофельный с макаронными изделиями 200 Свекла, тушенная в сметане. 150 Котлета из говядины70 Компот из сухофруктов, 180 Хлеб пшеничный, хлеб ржаной. 30/40 Полдник: Запеканка из творога со сгущенным молоком. 150 Или сырники из творога 100 Кисель из свежих ягод. 180	Завтрак: Каша вязкая молочная ячневая,155 Кофейный напиток ,180 Бутерброд с маслом сливочным40 Второй завтрак: Бифидфрут Обед: Салат из свеклы отварной 60 Щи по-уральски (пшено) 200 Макароны изделия отварные,180 колбаска отварная.70 Компот из сухофруктов,180 Хлеб пшеничный, хлеб ржаной. 30/40 Полдник: Пицца детская/ватрушка с творогом, 100 Чай с сахаром.180

