

утверждено:
 Заведующий МБДОУ д/с № 39
 С.Н. Гавриш
 приказ от 31.08.2022г. № 117

Согласовано:
 Советом по питанию
 Протокол № 3 от 31.08.2022г.

Десятидневное меню на осенне-зимне-весенний период для детей в возрасте от 3 до 7 лет 10,5 часов пребывания в МБДОУ д/с № 39									
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Завтрак									
Макаронны с маслом 130 сливочным Кофейный напиток с молоком стуженным 180 Батон 30 масло 5	Каша ячневая молочная 200 Какао с молоком 180 Батон 30, Масло 5, Сыр 8	Омлет 100 Икра кабачковая 40, Чай 180 Батон 30, Масло 5	Каша молочная геркулесовая 200 Кофейный напиток с молоком 180 Батон 30, масло 5, сыр 8	Каша манная молочная 200 Какао с молоком 180, Батон 30, Масло 5, Сыр 8	Омлет 100, Икра кабачковая 40, Чай 180, Батон 30, Масло 5	Макаронны с тертым сыром 110 Какао с молоком 180 Батон 30, Масло 5	Каша манная молочная 200 Кофейный напиток с молоком 180, Батон 30, Масло 5	Омлет 100, Чай 180, Батон 30, Масло 5, Сыр 8 Икра кабачковая 40	Каша пшеничная молочная, 200 Какао с молоком 180 Батон 30, Масло 5
Второй завтрак									
Сок 180	Яблоко 100	Напиток грушевый из дички 180 Печенье 20	Яблоко 100	Сок 125 Вафли 20	Напиток грушевый из дички 125	Яблоко 100	Сок 125 Вафли 20	Яблоко 100	Сок 180 Печенье 20
Обед									
Борщ со сметаной 200, Пюре картофельное 130, Котлета рыбная 80, Салат из свеклы с чесноком 60, Компот из смеси сухофруктов 180 Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 37	Суп с макаронными изделиями 200 Овощи тушеные 150, Компот из яблок 180, Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 37	Рассольник со сметаной 200, Ёжики в томатно-сметанном соусе 80/30 Каша гречневая 110 Соленый помидор 60 Компот из смеси сухофруктов 180, Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 37	Суп гороховый 200 Котлета мясная 80 Икра свекольная 80, Пюре картофельное 110 Кисель фруктовый 180, Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 37	Свекольник со сметаной 200 Плов из птицы 180 Салат из зеленого горошка с квашеной капустой 55, Компот из смеси сухофруктов 180 Хлеб пшеничный 25, Хлеб ржаной 37	Суп с фрикадельками 200, Пюре картофельное 130 Сельдь с луком 60, Салат морковно-яблочный 50, Компот из яблок 180, Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 37	Суп картофельный с клецками 200, Суфле из печени 100/30, Каша пшеничная 110, Салат из горошка зеленого 50, Компот из сухофруктов 180, Хлеб пшеничный 30, Хлеб ржаной 37	Борщ со сметаной 200, Гуляш из говядины 80, Каша гречневая 100, Соленый помидор 60, Компот из яблок 180, Хлеб пшеничный 25, Хлеб ржаной 37	Суп гороховый 200, Голубцы ленивые 120, Икра свекольная 80, Компот из смеси сухофруктов 180, Хлеб пшеничный 25, Хлеб ржаной 37	Суп с крупой 200, Рагу из птицы 180, Салат из квашеной капусты 60 Компот из яблок 180, Хлеб пшеничный 25, Хлеб ржаной 37
Полдник									
Вареники ленивые 130, Молоко кипяченое 180,	Пирожок с повидлом 80, Кефир 180	Капуста тушенная 150 Кофейный напиток на воде 180 Хлеб пшеничный 20	Ватрушка с творогом 80, Ряженка 180	Яйца варенные 40 Чай 180 Хлеб пшеничный 15 Яблоко 100 Икра кабачковая 40	Печенье творожное 100, Кефир 180	Творожная запеканка со сметаной 100, Кисель молочный 180	Плов фруктовый 150, Какао с молоком 180	Овощи тушенные 180 Кофейный напиток с молоком стуженным 180 Хлеб пшеничный 15	Булочка 75, Ряженка 160

Утверждено:

Заведующий МБДОУ д/с № 39
С.Н. Гавриш
Приказ от 31.08.2022г № 117

Согласовано:
Советом по питанию
Протокол № 3 от 31.08.2022г

Десятидневное меню на осенне-зимне-весенний период для детей в возрасте от 1 года до 3 лет 10,5 часов пребывания в МБДОУ д/с № 39						
вторник	среда	четверг	пятница	понедельник	вторник	среда
Завтрак						
Макаронны с маслом сливочным 130 Кофейный напиток с молоком Батон 25 Масло 5	Омлет 80 Икра кабачковая 30, Чай с 150 Батон 25, Масло 5	Каша молочная геркулесовая 150 Кофейный напиток с молоком 150 Батон 25, Масло 5, сыр 5	Каша манная молочная 150 Какао с молоком 150, Батон 25, Масло 5, Сыр 5	Омлет 100, Икра кабачковая 30, Чай 150, Батон 25, Масло 5	Макаронны с тертым сыром 100 Какао с молоком 150 Батон 25, Масло 5	Каша манная молочная, 150 Кофейный напиток с молоком 150, Батон 25, Масло 5
стуженным 150 Батон 25, масло 5						Омлет 100, Чай 150, Батон 25, Масло 5, Сыр 5 Икра кабачковая 30
Сок 125	Яблоко 100	Яблоко 100	Сок 125 Вафли 20	Сок 125	Яблоко 100	Сок 125 Вафли 20

Второй завтрак

Обед						
Борщ со сметаной 180, Пюре картофельное 100, Котлета рыбная 70, Салат из свеклы с чесноком 40, Компот из смеси сухофруктов 150 Хлеб пшеничный 15, Хлеб ржаной 30	Суп с макаронными изделиями 180, Овощи тушеные 120, Компот из яблок 150, Хлеб пшеничный 15, Хлеб ржаной 30	Рассольник со сметаной 180, Ёжники в томатно-сметанном соусе 60/30 Каша гречневая 100 Соленый помидор 30 Компот из смеси сухофруктов 150, Хлеб пшеничный 15, Хлеб ржаной 30	Суп гороховый 180 Котлета мясная 60 Икра свекольная 75, Пюре картофельное 100 Кисель фруктовый 150, Хлеб пшеничный 15, Хлеб ржаной 30	Суп с фрикадельками 180, Пюре картофельное 100 Сельдь с луком 50, Салат морковно-яблочный 40, Компот из сухофруктов 150 Хлеб пшеничный 15, Хлеб ржаной 30	Суп картофельный с клецками 180, Суфле из пчени 80/30, Каша пшеничная 90, Салат из горошка зеленого 40, Компот из смеси сухофруктов 150, Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржаной 30	Борщ со сметаной 180, Гуляш из говядины 60, Каша гречневая 90, Соленый помидор 30, Компот из яблок 150, Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 30
Сок 125	Яблоко 100	Яблоко 100	Яблоко 100	Сок 125	Яблоко 100	Сок 125 Вафли 20
Рассольник со сметаной 180, Рагу из птицы 150, Салат из квашеной капусты 40 Компот из яблок 150, Хлеб пшеничный 15, Хлеб ржаной 30	Суп гороховый 180, Голубцы ленивые 120, Икра свекольная 75, Компот из смеси сухофруктов 150, Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 30	Рассольник со сметаной 180, Рагу из птицы 150, Салат из квашеной капусты 40 Компот из яблок 150, Хлеб пшеничный 15, Хлеб ржаной 30	Суп гороховый 180, Голубцы ленивые 120, Икра свекольная 75, Компот из смеси сухофруктов 150, Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 30	Суп гороховый 180, Голубцы ленивые 120, Икра свекольная 75, Компот из смеси сухофруктов 150, Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 30	Суп гороховый 180, Голубцы ленивые 120, Икра свекольная 75, Компот из смеси сухофруктов 150, Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 30	Рассольник со сметаной 180, Рагу из птицы 150, Салат из квашеной капусты 40 Компот из яблок 150, Хлеб пшеничный 15, Хлеб ржаной 30

Полдник

Вареники ленивые 130, Молоко кипяченое 150,	Пирожок с повидлом 70, Кефир 150	Капуста тушенная 130 Кофейный напиток на воде 150 Хлеб пшеничный 15	Ватрушка с творогом 70, Ряженка 150	Яйца варенные 40 Чай 150 Хлеб пшеничный 10 Яблоко 100 Икра кабачковая 30	Творожная запеканка со сметаной 90, Кисель молочный 150	Плов фруктовый 140, Какао с молоком 150	Овощи тушеные 150 Кофейный напиток с молоком стуженным 150 Хлеб пшеничный 15	Булочка 70, Ряженка 150,
--	-------------------------------------	---	--	--	--	--	--	-----------------------------