

МЕНЮ

3-7 лет (сад №68) ОСЕНЬ-ЗИМА

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 180	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ 160	КАША РИСОВАЯ С ИЗЮМОМ 200	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ 200	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ 180
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 50	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
II Завтрак	II Завтрак	II Завтрак	II Завтрак	II Завтрак
СОК ПЕРСИКОВЫЙ 200	БАНАН 100	ГРУША 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ ОВОЩНОЙ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 50
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ 180	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 180	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 180	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ 180	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200
РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ 70	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 70	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 70	ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 70
РИС ОТВАРНОЙ 150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КАША ПШЕНИЧНАЯ 130	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ 200	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
ПЕЧЕНЬЕ 50	СЛОЙКА "УРАЛЬСКАЯ" 60	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА 50	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ 60	ВАФЛИ 50
КЕФИР 200	ЙОГУРТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КЕФИР 200	ЙОГУРТ 200
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 50	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) 50	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО 50	ОВОЩИ ПОРЦИОННО 50
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ 70	БИТОЧКИ ИЗ КУР 70	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ (ИЗ ОТВАРНОЙ) 70	МАКАРОННИК С МЯСОМ 200
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 130	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ЯБЛОКАМИ 130	КОМПОТ ИЗ ГРУШ 180	КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЛАДЬИ С СЫРОМ 130	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180
ЧАЙ С САХАРОМ 200	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ БРУСНИЧНЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ 200	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 180/15	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 200	ОМЛЕТ С ПОМИДОРАМИ 180
КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 50	КАКАО С МОЛОКОМ 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
II Завтрак	II Завтрак	II Завтрак	II Завтрак	II Завтрак
БАНАН 100	СОК ВИШНЕВЫЙ 200	АПЕЛЬСИН 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ 200
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 50	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ 50	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ 180	СУП ГОРОХОВЫЙ (МЯСНОЙ) С ГРЕНКАМИ 190	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200
КОТЛЕТА МЯСНЫЕ 70	МЯСО ТУШЕНОЕ 70	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ 70	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 70	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ 70
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 130	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ 130	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 200	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 200	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ 50	ПЕЧЕНЬЕ 50	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ 60	ПРЯНИКИ 40	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 80
ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КЕФИР 200	ЙОГУРТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 210	КЕФИР 200
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 50	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ 50	ПОМИДОРЫ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 50
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 200	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ 70	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ 70	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ 70
ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130	КОТЛЕТЫ КАПУСТНО- МОРКОВНЫЕ 130	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 130
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	КОМПОТ ИЗ ГРУШ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 200