

**10-ти дневное меню для МДОУ с 12-ти часовым пребыванием (сад) с года до 3-х лет ( зимний период).**

<i>1-ый день</i>	<i>2-ой день</i>	<i>3-ий день</i>	<i>4-ый день</i>	<i>5-ый день</i>
Суп молочный с крупой ( рис ) 150	Каша манная молочная жидкая 150/2	Омлет натуральный 140	Суп молочный с макаронными изделиями 150	Каша ячневая молочная жидкая 150/2
Кофейный напиток на молоке 180	Какао с молоком 180	Чай с молоком сгущенным 180	Какао с молоком 180	Кофейный напиток на молоке 180
Бутерброд с маслом 20/5	Бутерброд с маслом 20/5	Бутерброд с маслом 20/5	Бутерброд с маслом и сыром 30/10/5	Бутерброд с сыром 20/10
10 час – фрукты свежие, 90 Сок фруктовый 200	Фрукты свежие 70	Сок фруктовый 200	Фрукты свежие 80	Фрукты свежие 70 Сок фруктовый 200
Салат « Здоровье» 50	Салат из свеклы с тертым сыром 40	Икра кабачковая 50	Салат « Пестрый » 50	Салат из свеклы с солеными огурцами 50
Борщ с капустой и картофелем, с мясом 150/15	Уха с крупой 150/15	Щи из свежей капусты с картофелем и мясом кур 150/15	Рассольник домашний 150	Суп крестьянский с крупой и мясом 150/15
Котлеты с соусом 60/20 Картофель тушеный 100	Суфле из говядины с рисом 60/25 Капуста тушеная с яблоками 120	Птица тушеная в соусе с овощами 160	Фрикадельки мясные с соусом 70/25 Пюре овощное 120	Тефтели рыбные 75/30 Пюре картофельное 120
Напиток апельсиновый 180	Кисель из кураги 180	Компот из свежих плодов 180	Компот из ягод сушеных 180	Компот из свежих плодов 180
Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 10	Хлеб пшеничный 10	Хлеб пшеничный 10	Хлеб пшеничный 20
Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 40
Вафли 15	Пирожки печеные с картофелем 50	Булочка « Творожная » 70	Печенье 20	Ватрушка с творогом 70
Кефир 165	Ряженка 165	Простокваша 165	Кефир 165	Простокваша 165
Рыба запеченная с морковью 100 Капуста тушеная 120	Запеканка из творога с молоком сгущенным 100/10	Зразы из говядины 50/3 Картофельное пюре с морковью 120	Рыба ,тушеная в томате с овощами 100 Каша рисовая рассыпчатая 110	Макароны запеченные с яйцом 120/3 Томаты в с/с 50
Чай с сахаром и лимоном 180	Чай сахаром 180 Хлеб пшеничный 20	Чай с лимоном и сахаром 180	Чай с сахаром 180	Чай с лимоном и сахаром 180
Хлеб пшеничный 10 Хлеб ржаной 20		Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржаной 20	Хлеб пшеничный 10 Хлеб ржаной 20	Хлеб пшеничный 10

<i>6-ой день</i>	<i>7-ой день</i>	<i>8-ой день</i>	<i>9-ый день</i>	<i>10-ый день</i>
Запеканка из творога с морковью и молоком сгущенным 120/15	Каша пшеничная молочная жидкая 150/2	Каша молочная «Дружба» 150/2	Каша пшеничная молочная жидкая 150/2	Суп молочный с крупой ( рис ) 150
Какао на молоке сгущенном 180	Чай с молоком сгущенным 180	Кофейный напиток на молоке 180	Кофейный напиток на молоке 180	Кофейный напиток на молоке 180
Бутерброд с маслом 20/5	Бутерброд с маслом 20/5	Бутерброд с сыром 20/5	Бутерброд с маслом 20/5	Бутерброд с маслом с сыром 30/10 /5
10 час – Фрукты свежие 70 Сок фруктовый 200	Сок фруктовый 200 Фрукты свежие 90	Фрукты свежие 80	Фрукты свежие 70	Фрукты свежие 90
Винегрет овощной 50	Икра морковная 50	Салат «Здоровье» 50	Икра свекольная 50	Салат «Школьный» 50
Суп из овощей с мясом 150/15	Суп крестьянский с крупой 150	Рассольник ленинградский с мясом кур 150/15	Суп картофельный с бобовыми и гречками 150/10	Борщ с капустой и картофелем ,мясом 150/15
Кнели рыбные припущенные с соусом 70/20 Каша гречневая рассыпчатая 110	Запеканка капустная с мясом 180	Котлеты рубленные из птицы с соусом 70/30 Картофельное пюре 120	Тефтели из говядины 80/20 Пюре овощное 120	Запеканка картофельная с мясом 180/30
Компот из смеси сухофруктов 180	Компот из смеси сухофруктов 180	Кисель из яблок 180	Хлеб пшеничный 10	Компот из смеси сухофруктов 180
Хлеб пшеничный 10	Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 10	Компот из апельсинов 180	Хлеб пшеничный 20
Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 20
Печенье 20	Вафли 15	Булочка «Творожная» 70	Пирожки печеные с яблоками 50	Булочка молочная 50
Ряженка 165	Ряженка 165	Кефир 165	Ряженка 165	Кефир 165
Запеканка картофельная с овощами 120/20	Сырники из творога с молоком сгущенным 80/10	Котлеты рыбные с соусом 50/20 Капуста тушеная 120	Запеканка овощная с соусом 150/20 Томаты в с/с 50	Фрикадельки рыбные 50 Макароны отварные с овощами 120
Хлеб ржаной 20	Чай с сахаром 180	Хлеб ржаной 20	Хлеб пшеничный 10	Хлеб пшеничный 20
Чай с сахаром 180	Хлеб пшеничный 20	Чай с лимоном и сахаром 180	Чай с сахаром 180	Чай с сахаром и лимоном 180
Хлеб пшеничный 20				Хлеб ржаной 20