МБДОУ "Детский сад №10 "Чебурашка"

Утверждаю

Заведующая

Лаврик Татьяна Анатольевна

Лаврик Т.А.

МЕНЮ

Сад 10 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ("ГЕРКУЛЕС") 180	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 130	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 130	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 100/10	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ПШЕНО) 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИС) 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 130	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 130	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 130
БАТОН 30	БАТОН 30	БАТОН 30	БАТОН 30	БАТОН 30	БАТОН 30	БАТОН 30	БАТОН 30	БАТОН 30	БАТОН 30
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5
ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 12	ЧАЙ С САХАРОМ 180		КАКАО С МОЛОКОМ 180	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180
		КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЛИМОН 5			ЧАЙ С МОЛОКОМ 180		ЛИМОН 5	
II Завтрак									
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 75	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 75	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 75	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 75	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 75	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 75	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 75	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 75	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 75	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 75
Обед									
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 40	ОВОЩИ СВЕЖИЕ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ) 40	ОВОЩИ СВЕЖИЕ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ) 40	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ	ОВОЩИ СВЕЖИЕ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ) 40	ОВОЩИ СВЕЖИЕ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ) 40	СУП СВЕКОЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 200	ОВОЩИ СВЕЖИЕ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ) 40	СУП"ХАРЧО"СО СМЕТАНОЙ,С МЯСОМ 200	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ	ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ И РИСОМ 150	СУП ШАХТЕРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 200	БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ 200	РАГУ ОВОЩНОЕ 160	СУП РЫБНЫЙ 200	КАПУСТА,ТУЩЕННАЯ С МЯСОМ 200	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ 200
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 100	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 100	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ 30	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ 80	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 80	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 29	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 100
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 29	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 60/50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 29	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ 37	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ 65	ХЛЕБ РЖАНОЙ 37	ТЕФТЕЛИ ИЗ РЫБЫ С ТВОРОГОМ 80
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ 37	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 29	ХЛЕБ РЖАНОЙ 37	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 29
ХЛЕБ РЖАНОЙ 37	КИСЕЛЬ ИЗ ДЖЕМА 180	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 180	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 180	РИС ОТВАРНОЙ 120	КИСЕЛЬ ИЗ ДЖЕМА 180	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180		ХЛЕБ РЖАНОЙ 37
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180									КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 180
Полдник									
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СГУЩЕНКОЙ 80/10	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 85	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ 75	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 50	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СМЕТАНОЙ 100	ЧАЙ С САХАРОМ 180
ИКРА КАБАЧКОВАЯ 60	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	КЕФИР 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 85	КЕФИР 180	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 60	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50
СОКИ ФРУКТОВЫЕ 180		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 29		ЛИМОН 5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 29		ЧАЙ С САХАРОМ 180		ЛИМОН 5
ПЕЧЕНЬЕ 20		ЧАЙ С САХАРОМ 180			ЧАЙ С САХАРОМ 180		ЛИМОН 5		
		ЛИМОН 5			ЛИМОН 5		ПЕЧЕНЬЕ 20		