

Примерное меню (1 неделя)

I день	Выход блюд		II день	Выход блюд		III день	Выход блюд		IV день	Выход блюд		V день	Выход блюд	
	ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад
<b>Завтрак</b>			<b>Завтрак</b>			<b>Завтрак</b>			<b>Завтрак</b>			<b>Завтрак</b>		
Суп молочный с вермишелью	150	180	Каша манная молочная жидкая	150	180	Омлет	90	130	Каша пшеничная молочная жидкая	150	180	Каша гречневая молочная жидкая	150	180
Чай с сахаром	160	180	Чай с сахаром	160	180	Зеленый горошек консервированный	65		Какао с молоком	160	180	Кофейный напиток с молоком	160	180
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Икра кабачковая консервированная		120	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6
Отварное яйцо	1 шт.	1 шт.	Сыр в порционной нарезке	8	13	Сыр в порционной нарезке	8	13						
						Хлеб пшеничный с маслом	30/5	30/6						
						Кофейный напиток на молоке 2-й вар	160	180						
<b>2-й завтрак</b>			<b>2-й завтрак</b>			<b>2-й завтрак</b>			<b>2-й завтрак</b>			<b>2-й завтрак</b>		
Сок фруктовый	150	150	Фрукты свежие	85	90	Сок фруктовый	150	150	Фрукты свежие	85	90	Сок фруктовый	150	150
<b>Обед</b>			<b>Обед</b>			<b>Обед</b>			<b>Обед</b>			<b>Обед</b>		
Борщ со свежей капустой	150	180	Свекольник	180	200	Суп картофельный с бобовыми	180	200	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	200	Суп полевой	180	200
Плов из отварной птицы	125	160	Жаркое подомашнему	150	180	Пудинг из говядины	60	70	Тефтели говяжьи	55	70	Котлеты, биточки из говядины	60	75
Хлеб пшеничный	20	30	Зеленый горошек консервированный	65	105	Пюре картофельное	120	140	Капуста тушеная	120	150	Икра из отварной свеклы	80	90
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб пшеничный	20	30
Компот из сухофруктов	160	180	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45
			Компот из сухофруктов	160	180	Компот из сухофруктов	160	180	Кисель из сухофруктов	160	180	Компот из свежих яблок	160	180
<b>Полдник</b>			<b>Полдник</b>			<b>Полдник</b>			<b>Полдник</b>			<b>Полдник</b>		
Пирожок с повидлом	75	85	Сырники из творога	80	100	Кнели рыбные в томате с овощами	158	170	Запеканка из творога	80	120	Котлета рыбная	70	80
			Соус сметанный	30	40				Соус молочный	30	40	Зеленый горошек	65	105
												Хлеб пшеничный	20	20
Какао с молоком	160	180	Йогурт	145	195	Чай с сахаром	160	180	Кефир	145	195	Чай с сахаром	160	180
Фрукты свежие	85	90				Хлеб пшеничный	20	20				Фрукты свежие	85	90
						Кондитерское изделие (печенье)	25	45				Кондитерские изделия (печенье)	22	45
						Фрукты свежие	85	90						

Утверждаю  
И.о.Заведующего МБДОУ «Детский сад № 6 «Маленькая страна»  
Г.Н.Гапонова  
Приказ от \_\_\_\_\_ № \_\_

Примерное меню (2 неделя)

I день	Выход блюд		II день	Выход блюд		III день	Выход блюд		IV день	Выход блюд		V день	Выход блюд	
	ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад
Завтрак			Завтрак			Завтрак			Завтрак			Завтрак		
Каша манная молочная жидкая	150	180	Каша пшеничная молочная жидкая	150	180	Омлет	90	130	Каша овсяная «Геркулес» молочная жидкая	150	180	Каша пшеничная молочная жидкая	150	180
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Хлеб пшеничный с маслом сыр в порционной нарезке	20/5	30/6	Зеленый горошек консервированный	65		Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6
Кофейный напиток с молоком	160	180	Чай с сахаром	8	13	Икра кабачковая консервированная		120	Кофейный напиток с молоком	160	180	Какао с молоком	160	180
				160	180	Сыр в порционной нарезке	8	13						
						Какао на молоке 2-й вар.	160	180						
						Хлеб пшеничный с маслом	30/5	30/6						
2-й завтрак			2-й завтрак			2-й завтрак			2-й завтрак			2-й завтрак		
Сок фруктовый	150	150	Фрукты свежие	85	90	Сок фруктовый	150	150	Фрукты свежие	85	90	Сок фруктовый	150	150
Обед			Обед			Обед			Обед			Обед		
Суп (Полевой)	180	200	Свекольник	180	200	Борщ со свежей капустой	180	200	Суп картофельный с бобовыми	180	200	Борщ со свежей капустой	180	200
Котлета из курицы	60	65	Котлеты из говядины	60	75	Плов из отварной говядины	130	170	Гуляш из говядины	90	100	Голубцы ленивые	60	70
Гречневая каша	110	130	Капуста тушеная	120	150	Хлеб пшеничный	20	30	Макаронные изделия	110	130	Пюре картофельное	120	140
Зеленый горошек консервированный	65	105	Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Компот из сухофруктов	160	180	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Компот из сухофруктов	160	180				Кисель из сухофруктов	160	180	Компот из свежих яблок	160	180
Компот из сухофруктов	160	180												
Полдник			Полдник			Полдник			Полдник			Полдник		
Пирожок с повидлом	75	85	Пудинг из творога с рисом	80	110	Картофель отварной	110	130	Запеканка из творога	80	110	Икра кабачковая		120
Чай с сахаром	160	180	Соус сметанный	30	40	тефтеля рыбная в томатном соусе	70	80	Соус молочный	30	40	Яйцо отварное	40	40
Фрукты свежие	95	100	Йогурт	145	195	Хлеб пшеничный	20	20	Кефир	145	195	Зеленый горошек консервированный	65	
						Чай с сахаром	160	180				Булочка	70	80
						Кондитерские изделия (пряники)	25	50				Чай с сахаром	160	180
						Фрукты свежие	85	90						