



Утверждаю
 заведующий И. М. ДУДИН «Подпись»
 Н.А. Джуламанова

МЕНЮ

Дети 3-7 лет сад 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Суп молочный с макаронными изделиями (175)	Каша жидкая молочная из геркулесовой крупы (190)	Каша жидкая молочная из риса и пшена (190)	Каша жидкая молочная из манной крупы (195)	Омлет натуральный (170)	Каша жидкая молочная пшеничная (195)	Запеканка из творога со ступенным молоком (190)	Каша жидкая молочная Геркулес (200)	Омлет натуральный (170)	Каша жидкая молочная из риса (195)
Бутерброд с маслом (25)	Бутерброд с джемом или повидлом (30)	Бутерброд с сыром (30)	Бутерброд с маслом (25)	Бутерброд с сыром (33)	Бутерброд с маслом (25)	Бутерброд с джемом или повидлом (30)	Бутерброд с маслом (25)	Бутерброд с сыром (33)	Бутерброд с джемом или повидлом (30)
Какао с молоком (200)	Кофейный напиток с молоком (180)	Чай с сахаром (180)	Чай с молоком (180)	Какао с молоком (200)	Чай с сахаром (180)	Кофейный напиток с молоком (180)	Чай с молоком (180)	Какао с молоком (200)	Кофейный напиток с молоком (180)
ЗАВТРАК									
Соки овощные, фруктовые и ягодные (100)	Плоды или ягоды свежие (яблоко) (100)	Соки овощные, фруктовые и ягодные (100)	Плоды или ягоды свежие (яблоко) (100)	Соки овощные, фруктовые и ягодные (100)	Соки овощные, фруктовые и ягодные (100)	Плоды или ягоды свежие (яблоко) (100)	Соки овощные, фруктовые и ягодные (100)	Плоды или ягоды свежие (яблоко) (100)	Соки овощные, фруктовые и ягодные (100)
2-ой ЗАВТРАК									
Салат картофельный (50)	Винегрет овощной (50)	Салат картофельный с кукурузой и морковью (50)	Салат из свеклы с зеленым горошком (50)	Салат из соленых огурцов с луком (50)	Салат из моркови (50)	Салат из свеклы отварной (50)	Винегрет овощной (50)	Салат из свежих помидоров (50)	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком (50)
Суп картофельный с клецками (180)	Щи из свежей капусты с картофелем (180)	Рассольник ленинградский (180)	Борщ с капустой и картофелем (180)	Суп картофельный с крупой (рисовой) со сметаной (180)	Суп из овощей (200)	Суп картофельный с макаронными изделиями (180)	Суп картофельный с бобовыми (горох) (180)	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной (180)	Суп «Шахтерский» (180)
Птица отварная с соусом (70)	Тертая 2-ой вариант в соусе сметанном (70)	Котлеты или биточки рыбные (70)	Гуляш из отварной говядины (70)	Рыба тушеная в томате с овощами (70)	Плов из птицы (150)	Котлеты, биточки или шницели (70)	Рыба тушеная в томате с овощами (70)	Жаркое домашнему (150)	Шницель рыбный натуральный с соусом (70)
ОБЕД									

Каша рассыпчатая гречневая (130)	Картофель и овощи тушеные (130)	Капуста тушеная (130)	Каша рассыпчатая перловая (130)	Пюре картофельное/ Картофель отварной (130)	Компот из смеси сухофруктов (180)	Рагу из овощей (130)	Макаронные изделия отварные с маслом (130)	Кисель из плодово-ягодного концентрата (200)	Капуста тушеная (130)
Компот из смеси сухофруктов (180)	Компот их свежих плодов (180)	Компот из смеси сухофруктов (180)	Кисель из плодово-ягодного концентрата (200)	Компот их свежих плодов (180)	Хлеб пшеничный (28)	Компот их свежих плодов (180)	Компот из смеси сухофруктов (180)	Хлеб пшеничный (28)	Компот их свежих плодов (180)
Хлеб пшеничный (28)	Хлеб ржаной (24)	Хлеб пшеничный (28)	Хлеб пшеничный (28)	Гренка из пшеничного хлеба (25)	Хлеб ржаной (24)	Хлеб пшеничный (28)	Гренка из пшеничного хлеба (25)	Хлеб ржаной (24)	Хлеб пшеничный (28)
Хлеб ржаной (24)	Хлеб ржаной (24)	Хлеб ржаной (24)	Хлеб ржаной (24)	Хлеб ржаной (24)	Хлеб ржаной (24)	Хлеб ржаной (24)	Хлеб ржаной (24)	Хлеб ржаной (24)	Хлеб ржаной (24)
ПОЛДНИК									
Печенье (55)	Запеканка манная с молоком стуженным (70)	Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоком (60)	Булочка дорожная (60)	Вафли (40)	Печенье (55)	Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоком (60)	Ватрушки из дрожжевого теста с повидлом (60)	Булочка домашняя (60)	Вафли (40)
Кисель из плодово-ягодного концентрата(200)	Кисло - молочный продукт (180)	Молоко кипяченое (190)	Кисло - молочный продукт (190)	Чай с лимоном (200)	Кисель из плодово-ягодного концентрата (200)	Кисло - молочный продукт (190)	Молоко кипяченое (190)	Кисло - молочный продукт (180)	Молоко кипяченое (190)
УЖИН									
Омлет с сыром (200)	Рис припущенный с овощами (190)	Запеканка из творога со стуженным молоком (190)	Суп молочный с крупой (рисом) (180)	Макаронны отварные с овощами (130)	Суп молочный с крупой (гречневой) (180)	Омлет натуральный (170)	Картофель запеченный брусочками, дольками, кубиками (130)	Сырники из творога со стуженным молоком (150)	Плоды или ягоды свежие (яблоко) (100)
Чай с сахаром (180)	Соки овощные, фруктовые или ягодные (100)	Кисель из плодово-ягодного концентрата (200)	Чай с сахаром (180)	Салат из свежих огурцов (50)	Компот их свежих плодов (180)	Салат из горошка зеленого консервированного (50)	Салат из соленых огурцов с луком (70)	Чай с сахаром (180)	Макаронны отварные с сыром (130)
Хлеб (28) пшеничный	Хлеб пшеничный (28)	Хлеб пшеничный (28)	Хлеб пшеничный (28)	Кисель из плодово-ягодного концентрата (200)	Хлеб пшеничный (28)	Чай с молоком (180)	Кисель из плодово-ягодного концентрата (200)	Хлеб пшеничный (28)	Чай с лимоном (200)
Хлеб ржаной (24)	Хлеб ржаной (24)	Хлеб ржаной (24)	Хлеб ржаной (24)	Хлеб пшеничный (28)	Хлеб ржаной (24)	Хлеб пшеничный (28)	Хлеб пшеничный (28)	Хлеб ржаной (24)	Хлеб пшеничный (28)
				Хлеб ржаной (24)		Хлеб ржаной (24)	Хлеб ржаной (24)		Хлеб ржаной (24)