|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Детский сад "Морячок"* | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Директор МБОУ | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Е. А. Бут | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **Сад 10,5 часов** | | | | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **1 день** | **2 день** | | | | **3 день** | **4 день** | **5 день** | **6 день** | **7 день** | **8 день** | **9 день** | | | | **10 день** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 250 | КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" 250 | | | | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 200 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200 | КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ 220 | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГ О 35 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 220 | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ 200 | КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ" 200 | | | | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 220 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ. МУКА ВЫСШ.СОРТ 30 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 | | | | ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/5 | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ. МУКА ВЫСШ.СОРТ 30 | ЧАЙ С САХАРОМ 180 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150 | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ. МУКА ВЫСШ.СОРТ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ. МУКА ВЫСШ.СОРТ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ. МУКА ВЫСШ.СОРТ 30 | | | | ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180 |
| ЧАЙ С САХАРОМ 180 | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ. МУКА ВЫСШ.СОРТ 30 | | | | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ. МУКА ВЫСШ.СОРТ 30 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 200 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 6 | | | | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 200 | | | |  | ЧАЙ С САХАРОМ 180 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 45 | ЧАЙ С САХАРОМ 180 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 | | | | ХЛЕБ ШЕНИЧНЫЙ ВЫС СОРТ 30 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) 6 |  | | | |  |  |  |  |  |  | ЧАЙ С САХАРОМ 180 | | | |  |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЯБЛОКО 100 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 180 | | | | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200 | АПЕЛЬСИН 100 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 180 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 180 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 180 | БАНАН 100 | ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ 100 | | | | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200 |
|  | ПЕЧЕНЬЕ 30 | | | |  |  |  |  |  |  |  | | | | ПЕЧЕНЬЕ 30 |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 50 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ 50 | | | | ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ 50 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 70 | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГ О 50 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 50 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 70 | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ ) 40 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ) 50 | | | | ПОМИДОР СОЛЕНЫЕ 50 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 220 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 220 | | | | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 220/10 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 200 | СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ 220 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 220 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 220 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ 220 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200 | | | | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 220 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 200 | ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) 70/30 | | | | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА 70 | РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ 110 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 180 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70 | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 70/50 | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ 70 | ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 160 | | | | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ 70 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130 | | | | КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150 | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) 130 | РИС ОТВАРНОЙ 150 | НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ 180 | | | | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150 |
| хлеб пшеничный формовой мука высш.сорт 30 | НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ 180 | | | | КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИН 180 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180 | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ. МУКА ВЫСШ.СОРТ 30 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | | | | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180 |
| хлеб из ржаной муки 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ. МУКА ВЫСШ.СОРТ 30 | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ. МУКА ВЫСШ.СОРТ 30 | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ. МУКА ВЫСШ.СОРТ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ. МУКА ВЫСШ.СОРТ 30 | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30 | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30 | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫС СОРТ 30 |
|  | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30 | | | | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30 | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30 |  | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30 | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ. МУКА ВЫСШ.СОРТ 30 |  | | | | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30 |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ 220 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 100 | | | | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 160 | ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ, МАННАЯ, ПШЕННАЯ, ПШЕНИЧНАЯ 200 | СЕЛЬДЬ СЛАБОСОЛЕНАЯ 30 | ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ 230 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ 130/45 | КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЛАДЬИ С КАБАЧКАМИ СОУСОМ СМЕТАННЫМ 170 | ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ 220 | | | | КАША ВЯЗКАЯ С ИЗЮМОМ 220 |
| ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40 | | | | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 30 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 160 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 200 | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | | | | ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ 30 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200 | КЕФИР 190 | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ВАФЛИ 30 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200 | НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 200 | ЧАЙ С САХАРОМ 180 |
| БУЛОЧКА ДЕРЕВЕНСКАЯ 60 | КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ 180 | ЗЕФИР 50 | МАРМЕЛАД 30 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200 | ПРЯНИКИ 30 | АПЕЛЬСИН 60 | БУЛОЧКА "К ЧАЮ" 50 | ПРЯНИКИ 30 | ЯБЛОКО 60 |
|  | ЯБЛОКО 100 |  |  | ПРЯНИКИ 30 |  |  |  |  |  |

.