Утверждаю
Заведующий МДОУ «Детский сад № 45»
А.А.Решетина

Десятидневное меню для организации питания детей возрасте от 3 до 7 лет МДОУ "Детский сад № 45" (период: осень - зима)

	первый день	Выход блюда, гр	второй день	Выход блюда, гр	третий день	Выход бдюда, гр	четверный день	Выход блюда, гр	пятый день	Выход блюда, гр	шестой день	Выход блюда, гр	седьмой день	Выход блюда, гр	восьмой день	Выход блюда, гр	девятый день	Выход блюда, гр	десятый день	Выход блюда, гр
Завтрак	Каша вязкая ячневая молочная	180	.Каша молочная пшеничная жидкая	180	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными "Геркулес"	180	Вермишель на молоке (Суп молочный с макаронными изделиями)	180	Каша манная молочная жидкая	180	Каша молочная пшенная жидкая	180	Каша ячневая молочная вязкая	180	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными "Геркулес"	180	Каша пшеничная жидкая молочная	180	Каша манная жидкая молочная	180
	Кофейный напиток с молоком	180	Какао с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200	Какао с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200	Какао с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200	Какао с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200
	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Бутерброд с маслом	25	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20
	Масло сливочное порционное	3	Масло сливочное порционное	5	Масло сливочное порционное	5			Масло сливочное порционное	5	Масло сливочное порционное	5	Масло сливочное порционное	5	Масло сливочное порционное	5	Масло сливочное порционное	5	Масло сливочное порционное	5
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100
	Плоды свежие (яблоки)	90	Печенье	10	Печенье	10	Пложы свежие (яблоки)	90	Печенье	10	Плоды свежие (яблоки)	90	Печенье	10	Печенье	10	Плоды свежие (яблоки)	90	Печенье	10
Обед	Овощи консервированные (Горошек зеленый)	30	Салат из свеклы с солеными огурцами	50	Овощи консервированные (Огурец соленый)	50	Салат из свеклы отварной	50	Салат из квашенной капусты	50	Икра кабачковая (промышленного производства)	50	Салат из свеклы и моркови	50	Овощи консервированные (огурец соленый)	50	Салат из моркови с зеленным горошком	50	Икра кабачковая (промышленного производства)	50
	Суп "Рассольник ленинградский" на м/б со сметаной	200	Суп "Щи из свежей капусты с картофелем , с мясом со сметаной	200	Суп "Свекольник" с мясом со сметаной	200	Суп "Картофельный с рыбой"	200	Суп "Картофельный с клецками"	200	Суп "Борщ" с капустой и картофелем на м/б со сметаной	200	Суп "Гороховый" с мясом	200	Суп "Картофельный" с макаронными изделиями с мясом	200	Суп"Картофельный" с рыбой	200	Суп "Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и сметаной	200
	Каша гречневая рассыпчатая	130	Макаронные изделия отварные с маслом	130	Пюре картофельное	130	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	170	Жаркое по-домашнему	180	Каша гречневая рассыпчатая	130	Картофельное пюре	130	Каша рисовая рассыпчатая 110гр	130	Запеканка картофельная с мясом 160гр	180	Макаронные изделия отварные с маслом	130
	Бифштекс рубленный паровой	70	Печень,тушенная в соусе сметанном	70/20	Рулет из рыбы, соус белый	70/20	Соус сметанный с томатом	20			Гуляш из говядины	70	Печень, тушенная в соусе сметанном	70/20	Биточки рыбные, соус белый с яйцом	70/30	Соус сметанный с томатом	30	Птица в соусес томатом	70/30
	Компот из свежих плодов и ягод	180	Компот из смеси сухофруктов	200	Кисель из кураги	200	Компот из свежих плодов и ягод	200	.Компот из плодов или ягод сушеных(изюм)	200	Кисель из свежих ягод	200	.Компот из плодов или ягод сушеных(изюм)	200	Компот из смеси сухофруктов	200	Компот из кураги	200	Компот из смеси сухофруктов	200
	Хлеб ржано-пшеничный	35	Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40
Полдник	Кисломолочный напиток (Кефир)	130	Кисломолочный напиток (Кефир)	150	Кисломолочный напиток (Кефир)	150	Кисломолочный напиток (Кефир)	150	Кисломолочный напиток (Кефир)	150	Кисломолочный напиток (Кефир)	150	Кисломолочный напиток (Кефир)	150	Кисломолочный напиток (Кефир)	150	Кисломолочный напиток (Кефир)	150	Кисломолочный напиток (Кефир)	150
	Булочка домашняя	60	Плоды свежие(яблоки) Вафли	90 20	Плоды свежие(яблоки) Печенье	90 20	Пирожки из сдобного теста с повидлом	60	Плоды свежие(апельсины) Печенье	90 20	Булочка домашняя	60	Плоды свежие (банан) Вафли	90 20	Плоды свежие(яблоки) Печенье	90 20	Ватрушка с творогом	60	Плоды свежие (яблоки) Вафли	90 20
Ужин	Запеканка из творога	150	Омлет натуральный Бутерброд с сыром	150 40	Бигус (капуста тушенная) Яйца варенные (1/2) Бутерброд с повидлом	200 20 40	Запеканка пшенная с творогом Соус молочный сладкий	150 20	Винегрет овощной Яйца варенные (1/2) Бутерброд с маслом	180 20 30	Макароны отварные с сыром	180	Пудинг из творога паровой Соус молочный сладкий	150 20	Свекла тушенная в сметане Яйца варенные (1/2) Бутерброд с маслом	200 20 35	Омлет натуральный Бутерброд с сыром	150 40	Пудинг из творога паровой Соус молочный сладкий	150 20
	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром Печенье	200 10	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200