

Утверждаю ио заведующий МДОУ Алимова М.А.									
осень - зима (октябрь - апрель)									
день недели	первый день	второй день	третий день	четвертый день	пятый день	шестой день	седьмой день	восьмой день	девятый день
Завтрак (не менее 350 / 400г) 20 %	Каша вязкая молочная "Дружба" Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом и сыром.	Каша вязкая молочная чай с сахаром Бутерброд с маслом и сыром	Каша вязкая пшеничная молочная Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом и сыром	Каша вязкая пшеничная молочная Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом и сыром	Омлет на натуральном молоке Какао с молоком Бутерброд с маслом и сыром	Каша вязкая мясная молочная. Кофейный напиток с молоком. Бутерброд с маслом и сыром	Омлет с зелёным горюшком Чай с сахаром Бутерброд с маслом и сыром	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными "Геркулес" Какао с молоком Бутерброд с маслом и сыром	Каша вязкая молочная Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом
Второй завтрак (не менее 100г) 5 %	СОК	Кисломолочный напиток (Кефир)	Фрукты свежие	Кисломолочный напиток (Кефир)	СОК	Кисломолочный напиток (Кефир)	Фрукты свежие	Кисломолочный напиток (Кефир)	Кисломолочный напиток (Кефир)
Обед (не менее 450 / 600г) 35 %	Икра кабачковая (пром. производства). Суп молочный с крупой Тефтели мясные (гуляш из говядины) Макаронные изделия отварные с маслом. Компот из изюма. Хлеб ржано-пшеничный	Салат из свеклы и солёного огурца Суп картофельный с зелёным горошком (консерв.). Плов с мясом говядины Компот из сухофруктов. Хлеб ржано-пшеничный	Овощи натуральные солёные (кусочком) Суп картофельный рыбный с крупой. Ёжки мясные. Капуста тушёная (или свекла тушёная) Компот из сухофруктов. Хлеб ржано-пшеничный	Салат из отварной моркови с зелёным горошком(конс) Суп рассольник "По- Ленинградски" с мясом со сметаной Супе из печени картофельное. Компот из сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный.	Салат из квашеной капусты (Салат из свежих огурцов) Суп Саскыльник, с мясом и со сметаной. Мясо птицы в сметанном соусе Картофель отварной с маслом Кисель из свежемороженых ягод. Хлеб ржано-пшеничный.	Икра кабачковая (пром.производства) Суп картофельный с бобовыми, с мясом Картофельная запеканка с вареным мясом (или рулет картофельный вареным мясом) Компот кураги. Хлеб ржано-пшеничный.	Салат из свеклы Суп картофельный с бобовыми, с мясом Картофельная запеканка с вареным мясом (или рулет картофельный вареным мясом) Компот кураги. Хлеб ржано-пшеничный.	Икра морковная Суп рассольник рыбный со сметаной. Супе из печени. Капуста тушёная (или свекла тушёная) Компот из сухофруктов. Хлеб ржано-пшеничный.	Салат из квашеной капусты (С-т из свежих огурцов) Жаркое по-домашнему Чай с сахаром Бутерброд с маслом. Фрукты свежие
Уплотнённый полдник (не менее 400 / 500г) 30 %	Жаркое по-домашнему с мясом птицы. Чай с сахаром Выпечка: Булочка "Домашняя" Фрукты свежие	Запеканка творожно- вермишелевая. Соус сметанный сладкий. Чай с сахаром. Кондитерское изделие Фрукты свежие	Котлеты рыбные (Рыба по-польски) Рис отварной Чай с сахаром. Бутерброд с маслом.	Свекла тушёная в сметане Яйцо отварное Чай с сахаром Выпечка: Ватрушка с творогом Фрукты свежие	Сырники из творога Соус сметанный Чай с сахаром. Кондитерское изделие Фрукты свежие	Капуста тушёная с мясом кури. Яйцо отварное Чай с сахаром Выпечка: Булочка "Домашняя" Фрукты свежие	Пудинг из творога. Соус молочный сладкий. Чай с сахаром. Кондитерское изделие	Макароны отварные с сыром Чай с сахаром Выпечка: Ватрушка с повидлом Фрукты свежие	Рагу овощное с мясом Чай с сахаром Бутерброд с маслом Фрукты свежие