

Весна - лето / май - сентябрь /

УТВЕРЖДАЮ

и/о Заведующий МДОУ № 101 Алимова М.А.

день недели	первый день	второй день	третий день	четвертый день	пятый день	шестой день	седьмой день	восьмой день	девятый день	десятый день
завтрак (не менее 350 / 400г) 20%	Каша вязкая яичная молочная чай с сахаром. Бутерброд с маслом	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными "Геркулес". Кофейный напиток с молоком. Бутерброд с маслом и сыром	Каша вязкая пшеничная молочная Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом с сыром	Каша вязкая манная молочная Какао с молоком Бутерброд с маслом	Омлет на натуральном молоке Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом	Каша вязкая пшеничная молочная чай с сахаром Бутерброд с маслом	Каша вязкая молочная "Дружба" Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом и сыром	Каша вязкая хлопьями овсяными "Геркулес" Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом и сыром	Омлет с зеленым горошком Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом	
второй завтрак (не менее 100г) 5%	Сок	Кисломолочный напиток (Кефир)	Фрукты свежие	Сок	Кисломолочный напиток (Кефир)	Сок	Кисломолочный напиток (Кефир)	Фрукты свежие	Сок	Кисломолочный напиток (Кефир)
обед (не менее 450 / 600г) 35%	Икра кабачковая /пром. производства/ Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом Биточки из говядины Картофель отварной с маслом Кисель из свежемороженых ягод Хлеб ржанопшеничный	Салат из свеклы и солёного огурца (Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью) Суп Щи из свежей или квашеной капусты, с мясом и со сметаной Плов с мясом Компот из сухофруктов Хлебржанопшеничный	Салат из отварной моркови и зеленым горошком (Салат из свежих помидоров с зеленым луком) Суп Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной Рулет рыбный с луком и яйцом Пюре картофельное Компот из сухофруктов Хлеб ржанопшеничный	Икра кабачковая /пром. производства/ Суп рассольник "По-Ленинградски", с мясом и со сметаной Суфле из печени с соусом Каша гречневая рассыпчатая Кисель из свежемороженых ягод Хлеб ржанопшеничный	Овощи натуральные солёные Суп овощной на курином бульоне Биточки из птицы Свекла тушёная Компот из сухофруктов Хлеб ржанопшеничный	Салат из солёных огурцов с луком репчатым (Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью) Суп Свекольник, с мясом со сметаной. Картофельная запеканка с вареным мясом Компот из сухофруктов Хлеб ржанопшеничный	Салат из солёных огурцов с луком репчатым (Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью) Суп Свекольник, с мясом со сметаной. Картофельная запеканка с вареным мясом Компот из сухофруктов Хлеб ржанопшеничный	Икра морковная (Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью) Суп картофельный с бобовыми, с мясом Бефстроганов Макаронные изделия отварные с маслом Компот из сухофруктов Хлеб ржанопшеничный	Овощи натуральные солёные или свежие кусочком Бульон из кур прозрачный Гренки Жаркое домашнему с мясом птицы Компот из изюма и кураги Хлеб ржанопшеничный	
Уплотнённый полдник (не менее 400 / 500г) 30%	Овощи тушёные (Овощи тушёные с кабачками) Яйцо отварное Выпечка: "Крендель сахарный" чай с сахаром Фрукты свежие	Сырники из творога Соус сметанный чай с сахаром Бутерброд с повидлом Фрукты свежие	Салат из белокочанной капусты Жаркое домашнему чай с сахаром Кондитерские изделия	Макаронные отварные с сыром Выпечка: "Ватрушка с творогом из дрожжевого теста" чай с сахаром Фрукты свежие	Печень строгоновски Картофель отварной с маслом чай с сахаром Кондитерские изделия Фрукты свежие	Рагу из овощей (Рагу из овощей с кабачками) Яйцо отварное Выпечка: Булочка "Домашняя" чай с сахаром Фрукты свежие	Запеканка творожно-вермишелевая Соус молочный сладкий чай с сахаром Кондитерские изделия Фрукты свежие	Суфле рыбное Соус польский Пюре картофельное чай с сахаром Бутерброд с маслом Фрукты свежие.	Свекла тушёная в сметане Сад+ Яйцо отварное чай с сахаром Выпечка: «Гребешок» или Ватрушка с повидлом из дрожжевого теста Фрукты свежие	Пудинг из творога Соус молочный сладкий чай с сахаром Бутерброд с маслом Фрукты свежие