



Двухнедельное меню

возраст	прикорм	ДЕНЬ									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ясли 12 часов (от 1 года до 3 лет)	Завтрак	Каша кукурузная жидкая (160,00)	Каша пшеничная молочная жидкая (150,00)	Каша овсяная "геркулес" жидкая (150,00)	Каша "дружба" (150,00)	Каша гречневая молочная жидкая (140,00)	Каша рисовая молочная жидкая (150,00)	Каша манная молочная жидкая (150,00)	Каша молочная ячневая (145,00)	Каша овсяная "геркулес" жидкая (150,00)	Каша молочная пшеничная жидкая (150,00)
		Кофейный напиток с молоком э (150,00)	Какао с молоком (150,00)	Чай с молоком (130,00)	Кофейный напиток с молоком сгущенным (150,00)	Какао с молоком сгущенным (150,00)	Чай с молоком (150,00)		Какао с молоком (140,00)	Чай с молоком (150,00)	Кофейный напиток с молоком сгущенным (150,00)
		Печенье э (30,00)	Батон (20,00)	Сыр порциями (10,00)	Бутерброды с маслом (25,00)	Соль йодированная (1,00)	Соль йодированная (1,00)	Батон (30,00)	Батон (30,00)	Бутерброды с сыром (35,00)	Бутерброды с маслом (20,00)
		Соль йодированная (2,00)	Масло порциями (2,00)	Батон (30,00)	Соль йодированная (1,00)	Бутерброды с сыром (20,00)	Сушки (30,00)	Масло порциями (2,00)	Повидло/джем (10,00)	Соль йодированная (1,00)	Соль йодированная (3,00)
			Соль йодированная (1,00)	Соль йодированная (1,00)				Соль йодированная (1,00)	Соль йодированная (1,00)		
	Второй завтрак	Сок 0,2 (150,00)	Простокваша (140,00)	Молоко пастеризованное (140,00)	Ряженка (150,00)	Сок 0,2 (150,00)	Молоко пастеризованное (150,00)	Ряженка (148,00)	Сок 0,2 (150,00)	Молоко пастеризованное (140,00)	Простокваша (140,00)
		Салат из моркови с зеленым горошком (50,00)	Салат из свеклы с яблоками (40,00)	Икра морковная(н) (40,00)	Салат из свеклы с консервированными огурцами (40,00)	Салат из свежих огурцов (парниковые) (40,00)	Салат из моркови (40,00)	Салат из свеклы с яблоками (40,00)	Свекольник (150,00)	Салат из соленых огурцов с луком (40,00)	Овощи порционные (огурцы парниковые) (40,00)
	Обед	Суп рыбный с ментаем ф (150,00)	Рассольник ленинградский с перловой крупой (150,00)	Суп картофельный с мясными фрикадельками (150,00)	Борщ с картофелем и капустой (150,00)	Бульон с гречками (150,00)	Суп картофельный с бобовыми (горох сухой) (150,00)	Суп крестьянский с крупой на бульоне (150,00)	Салат из кукурузы (40,00)	Щи из свежей капусты с картофелем (н) (150,00)	Суп овощной с зеленым горошком (150,00)
		Голубцы ленивые э (150,00)	Жаркое по-домашнему (150,00)	Макароны отварные с маслом (100,00)	Рыба, тушеная в томате с овощами (120,00)	Суфле из кур с рисом (50,00)	Тефтели из говядины в молочном соусе (85,00)	Пудинг из отварной говядины с.м. (60,00)	Гуляш из отварного мяса (н) (60,00)	Картофель в молоке (н) (100,00)	Птица, тушеная в соусе с овощами (170,00)
		Компот из смеси сухофруктов э (150,00)	Компот из свежих яблок с лимоном (150,00)	Печень говяжья по-строгановски в сметанном соусе (60,00)	Картофельное пюре (120,00)	Картофель в молоке (н) (100,00)	Капуста тушеная (н) (120,00)	Картофельное пюре (100,00)	Каша гречневая рассыпчатая (110,00)	Рулет из говядины с яйцом (паровой) (65,00)	Сок 0,2 (150,00)
		Хлеб ржаной (40,00)	Хлеб ржаной (40,00)	Напиток из шиповника (150,00)	Компот из изюма (150,00)	Компот из свежих яблок (150,00)	Компот из свежемороженой ягод (150,00)	Компот из кураги (150,00)	Компот из свежих яблок с лимоном (150,00)	Компот из свежемороженой ягод (150,00)	Хлеб ржаной (35,00)
		Соль йодированная (1,00)	Соль йодированная (1,00)	Хлеб ржаной (20,00)	Соль йодированная (1,00)	Соль йодированная (1,00)	Хлеб ржаной (40,00)	Хлеб ржаной (40,00)	Соль йодированная (1,00)	Хлеб ржаной (40,00)	
				Соль йодированная (1,00)	Хлеб ржаной (40,00)	Хлеб ржаной (40,00)	Соль йодированная (1,00)	Соль йодированная (1,00)	Хлеб ржаной (40,00)	Соль йодированная (1,00)	
		Икра кабачковая (40,00)	Запеканка морковная с творогом(н) (130,00)	Картофель отварной (сливочное масло) (130,00)	Пудинг из творога запеченный (120,00)	Ватрушка с повидлом без соли (пермь 2012 дрожжи сухие) (60,00)	Икра свекольная 2 (пермь 2004) (60,00)	Тефтели из печени с рисом (м) (60,00)	Котлета рыбная (60,00)	Запеканка из творога (н) (100,00)	Винегрет 1 с растительным маслом (конь 2007) (50,00)
		Чай с вареньем э (160,00)	Соус молочный (сладкий) (20,00)	Тефтели из рыбы т (65,00)	Соус молочный сладкий (н) (20,00)	Чай с лимоном (150,00)	Рыба, запеченная в омлете (80,00)	Макароны отварные с маслом (110,00)	Овощное рагу (сухое молоко) (110,00)	Соус фруктовый (пермь 2011) (30,00)	Ватрушка с творогом (60,00)
	Омлет натуральный э (100,00)	Кисель из повидла, джема, варенья (150,00)	Сок 0,2 (150,00)	Молоко пастеризованное (150,00)	Батон (30,00)	Сок 0,2 (150,00)	Кисель из сока (150,00)	Чай с сахаром (150,00)	Ряженка (150,00)	Чай с лимоном (150,00)	
	Уплотненный полдник	Батон (40,00)	Батон (20,00)	Батон (40,00)	Батон (30,00)	Бананы свежие (95,00)	Батон (20,00)	Батон (30,00)	Батон (30,00)	Батон (30,00)	Бананы свежие (95,00)
		Яблоки (95,00)	Бананы свежие (95,00)	Груши (95,00)	Соль йодированная (1,00)	Соль йодированная (1,00)	Фрукты (груша) (н) (95,00)	Соль йодированная (1,00)	Бананы свежие (95,00)	Груши (95,00)	Хлеб ржаной (10,00)
			Соль йодированная (1,00)	Соль йодированная (1,00)	Яблоки (95,00)	Овощное рагу (сухое молоко) (90,00)	Соль йодированная (1,00)	Яблоки (95,00)	Соль йодированная (1,00)	Соль йодированная (1,00)	Яйца вареные н (52,80)



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
Г. Мурманска № 80
Е. В. Косообразная
« 28 » 2012 г.

Двухнедельное меню

возраст	приём пищи	ДЕНЬ									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Сад 12 часов (от 3 до 7 лет)	Завтрак	Каша кукурузная жидкая э (180,00)	Каша пшеница молочная жидкая (200,00)	Каша овсяная "геркулес" жидкая (200,00)	Каша "дружба" (180,00)	Каша гречневая молочная жидкая (180,00)	Каша рисовая молочная жидкая (200,00)	Каша манная молочная жидкая (180,00)	Каша молочная ячневая (200,00)	Каша овсяная "геркулес" жидкая (180,00)	Каша молочная пшеничная жидкая (200,00)
		Кофейный напиток с молоком э (190,00)	Какао с молоком (200,00)	Чай с молоком (200,00)	Кофейный напиток с молоком сгущенным (180,00)	Какао с молоком сгущенным (180,00)	Чай с молоком (200,00)	Кофейный напиток с молоком э (180,00)	Какао с молоком (200,00)	Чай с молоком (200,00)	Кофейный напиток с молоком сгущенным (180,00)
		Печенье э (30,00)	Батон (25,00)	Сыр порциями (10,00)	Бутерброды с маслом (35,00)	Соль йодированная (1,50)	Соль йодированная (1,50)	Батон (40,00)	Батон (35,00)	Бутерброды с сыром (50,00)	Бутерброды с маслом (20,00)
		Соль йодированная (3,00)	Масло порциями (4,00)	Батон (40,00)	Соль йодированная (1,50)	Бутерброды с сыром (40,00)	Сушки (30,00)	Масло порциями (3,00)	Повидло/джем (13,00)	Соль йодированная (1,50)	Соль йодированная (2,00)
			Соль йодированная (1,50)	Соль йодированная (1,50)				Соль йодированная (1,50)	Соль йодированная (1,50)		Масло порциями (3,00)
	Второй завтрак	Сок яблочный (180,00)	Простокваша (178,00)	Молоко пастеризованное (178,00)	Ряженка (180,00)	Сок яблочный (180,00)	Молоко пастеризованное (180,00)	Ряженка (180,00)	Сок яблочный (185,00)	Молоко пастеризованное (180,00)	Простокваша (180,00)
		Салат из моркови с зеленым горошком э (50,00)	Салат из свеклы с яблоками (60,00)	Икра морковная(н) (50,00)	Салат из свеклы с консервированными огурцами (60,00)	Салат из свежих огурцов (парниковые) (50,00)	Салат из моркови (50,00)	Салат из свеклы с яблоками (60,00)	Салат из кукурузы (50,00)	Салат из соленых огурцов с луком (60,00)	Овощи порционные (огурцы парниковые) (50,00)
		Суп рыбный с минтаем ф (200,00)	Рассольник ленинградский с перловой крупой (200,00)	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200,00)	Борщ с картофелем и капустой (200,00)	Бульон с гречками (200,00)	Суп картофельный с бобовыми (горох сухой) (200,00)	Суп крестьянский с крупой на бульоне (200,00)	Свекольник (200,00)	Щи из свежей капусты с картофелем (н) (200,00)	Суп овощной с зеленым горошком (200,00)
		Голубцы ленивые э (200,00)	Яйца вареные н (26,40)	Макароны отварные с маслом (110,00)	Рыба, тушеная в томате с овощами (140,00)	Суфле из кур с рисом (65,00)	Капуста тушеная (н) (120,00)	Пудинг из отварной говядины с м. (60,00)	Гуляш из отварного мяса (н) (70,00)	Рулет из говядины с яйцом (паровой) (100,00)	Птица, тушеная в соусе с овощами (230,00)
		Компот из смеси сухофруктов э (180,00)	Жаркое по-домашнему (220,00)	Печень говяжья по-строгановски в сметанном соусе э (65,00)	Картофельное пюре (150,00)	Картофель в молоке (н) (130,00)	Тфтели из говядины в молочном соусе (100,00)	Картофельное пюре (150,00)	Каша гречневая рассыпчатая (150,00)	Картофель в молоке (н) (150,00)	Сок яблочный (180,00)
Обед	Хлеб ржаной (50,00)	Компот из свежих яблок и лимона (н) (200,00)	Напиток из шиповника (180,00)	Компот из изюма (200,00)	Компот из свежих яблок (180,00)	Компот из свежемороженых ягод (180,00)	Компот из кураги (180,00)	Компот из свежих яблок с лимоном (180,00)	Компот из свежемороженых ягод (180,00)	Соль йодированная (3,00)	
	Соль йодированная (2,00)	Соль йодированная (1,50)	Хлеб ржаной (40,00)	Соль йодированная (2,00)	Соль йодированная (2,00)	Хлеб ржаной (50,00)	Хлеб ржаной (50,00)	Соль йодированная (2,00)	Хлеб ржаной (50,00)	Хлеб ржаной (30,00)	
		Хлеб ржаной (50,00)	Соль йодированная (2,00)	Хлеб ржаной (50,00)	Хлеб ржаной (30,00)	Соль йодированная (2,00)	Соль йодированная (2,00)	Хлеб ржаной (40,00)	Соль йодированная (2,00)		
	Икра кабачковая (50,00)	Запеканка морковная с творогом(н) (150,00)	Картофель отварной (сливочное масло) (150,00)	Пудинг из творога запеченный (130,00)	Ватрушка с повидлом без соли (пермь 2012 дрожжи сухие) (60,00)	Икра свекольная 2 (пермь 2004) (100,00)	Тфтели из печени с рисом (м) (120,00)	Котлета рыбная (80,00)	Запеканка из творога (н) (140,00)	Винегрет 1 с растительным маслом (конь 2007) (60,00)	
	Омлет натуральный э (130,00)	Соус молочный (сладкий) (40,00)	Тфтели из рыбы т (90,00)	Соус молочный сладкий (н) (20,00)	Чай с лимоном (200,00)	Рыба, запеченная в омлете (120,00)	Макароны отварные с маслом (120,00)	Овощное рагу (сухое молоко) (200,00)	Соус фруктовый (пермь 2011) (30,00)	Ватрушка с творогом (70,00)	
Уплотненный полдник	Чай с вареньем э (180,00)	Кисель из повидла, джема, варенья (200,00)	Сок яблочный (200,00)	Чай с молоком (150,00)	Батон (40,00)	Сок яблочный (180,00)	Кисель из сока (200,00)	Чай с сахаром (200,00)	Ряженка (180,00)	Чай с лимоном (200,00)	
	Батон (50,00)	Соль йодированная (2,00)	Батон (50,00)	Батон (30,00)	Бананы свежие (100,00)	Батон (45,00)	Батон (50,00)	Батон (45,00)	Батон (40,00)	Бананы свежие (100,00)	
	Яблоки (100,00)	Батон (50,00)	Соль йодированная (1,50)	Соль йодированная (1,50)	Соль йодированная (1,50)	Фрукты (груша) (н) (100,00)	Яблоки (100,00)	Бананы свежие (100,00)	Груши (100,00)	Хлеб ржаной (20,00)	
		Бананы свежие (100,00)	Груши (100,00)	Яблоки (100,00)	Овощное рагу (сухое молоко) (100,00)	Соль йодированная (1,50)	Соль йодированная (1,50)	Соль йодированная (1,50)	Соль йодированная (1,50)	Яйца вареные н (52,80)	
				Рыбный жир в капсулах (8,00)							