

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

МБДОУ – детский сад компенсирующего вида № 244



день 1	день 2	день 3	день 4	день 5
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 180/5 Какао с молоком 180 Батон Подмосковский с маслом сливочным 35/6 10.00- сок фруктовый - 100	Каша рисовая с маслом сливочным 180/5 Какао с молоком 180 Батон Подмосковский с маслом сливочным и сыром 35/6/7 10.00 – фрукты 100	Каша манная молочная с маслом сливочным 180/5 Кофейный напиток с молоком 180 Батон Подмосковский с маслом сливочным и сыром 35/6/7 10.00 – сок фруктовый 100	Каша гречневая молочная с маслом сливочным 180/5 Чай со сгущенным молоком 180 Батон Подмосковский с маслом сливочным и сыром 35/6/7 10.00 – фрукты 100	Макароны в молоке с маслом слив. 180/5 Какао с молоком 180 Батон Подмосковский с маслом сливочным 35/6 10.00 – сок фруктовый 100
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салат из отварной свеклы с/маслом 60/5 Суп гороховый со сметаной 200 Азу 230 Компот из чернослива 180 Хлеб ржаной 40	Кукуруза консервированная 40 Суп картофельный с мясом 200 Голубцы ленивые в молочном соусе 200/30 Компот из шиповника 180 Хлеб ржаной 40	Зеленый горошек 40 Борщ со сметаной и мясом 200 Биточки рыбные 80 Макароны отварные 120 Компот из с/ф 180 Хлеб ржаной 40	Салат из свеклы и моркови с растительным маслом 60 Суп из овощей со сметаной на кур/б 200 Плов из мяса куры Компот из кураги и изюма 180 Хлеб ржаной 40	Суп геркулесовый с мясом 200 Гарнир овощной сборный Рыба запеченная в молочном соусе 80 Компот из кураги 180 Хлеб ржаной 40
Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник
Запеканка из творога со сгущенным молоком 100/10 Йогурт 180 Хлеб пшеничный 20	Ватрушка с повидлом 80 Салат из моркови и изюма 60 Чай с сахаром 180 Хлеб пшеничный 20	Запеканка картофельная с овощами 120 Чай с сахаром 180 Печенье/ пряник 30 Хлеб пшеничный 35	Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком 100/10 Кефир / Ряженка 180 Хлеб пшеничный 20 Печенье/ пряник 30	Омлет с кукурузой консервир 120 Чай с сахаром 180 Хлеб пшеничный 20 Печенье/ пряник 30
день 6	день 7	день 8	день 9	день 10
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 180 Чай со сгущенным молоком 180 Батон Подмосковский с маслом сливочным 10.00- сок фруктовый - 100	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным 180 Кофейный напиток с молоком 180 Батон Подмосковский с маслом сливочным и сыром 35/6/7 10.00 – фрукт -100	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 180/5 Какао с молоком 180 Батон Подмосковский с маслом сливочным и сыром 35/6/7 10.00 – сок фруктовый 100	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 180/5 Кофейный напиток с молоком 180 Батон Подмосковский с маслом сливочным и сыром 35/6/7 10.00 – фрукт 100	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 180/5 Кофейный напиток 180 Батон Подмосковский с маслом сливочным 35/6 10.00 – сок фруктовый 100
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салат из отварной картофеля с консервированной кукурузой и раст. маслом 60 Суп – пюре из разных овощей на мясном бульоне 200 Каша гречневая рассыпчатая 130 Бестроганов из говядины 80 Компот из с/ф 180 Хлеб ржаной 40	Салат из отварной свеклы с сол. огурцом и раст. маслом 60 Суп-рассольник со сметаной 200 Макароны отварные 130 Котлета из говядины 80 Компот из изюма и чернослива 180 Хлеб ржаной 40	Икра кабачковая 40 Свекольник с мясом и сметаной 200 Кнели рыбные 80 Рис припущенный с овощами 120 Напиток из шиповника 180 Хлеб ржаной 40	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит. маслом 60 Суп-лапша на курином бульоне 200 Бигус мясом куры 200 Кисель 200 Хлеб ржаной 40	Салат из отварной свеклы с морковью и растительным маслом 60 Щи со сметаной и мясом 200 Пюре картофельное 120 Суфле из печени 80 Компот из кураги 180 Хлеб ржаной 55
Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник
Суфле из творога со сгущенным молоком 100/10 Снежок 180 Хлеб пшеничный 20	Кукуруза консервированная с яйцом 50/20 Чай с сахаром 180 Манник 68 Хлеб пшеничный 20	Рагу из овощей с соусом молочным 110 Чай с сахаром 180 Печенье/ пряник 30 Хлеб пшеничный 20	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком 100/10 Кефир/ряженка 180 Хлеб пшеничный 20 Печенье/ пряник 30	Омлет с зел горошком 120 Чай с сахаром 180 Хлеб пшеничный 20 Печенье/ пряник 30