

Утверждаю

Заведующая МБДОУ детский сад
«Солнышко» _____ Ю.В. Сорока

ПА

МЕНЮ Ясли 10,5 час

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	КУЛЕШ 150	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 155	КАША ПШЕННАЯ 150	КАША РИСОВАЯ 155	КАША КУКУРУЗНАЯ 150	КАША МАННАЯ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	КАША "ДРУЖБА" 150	КАША ЯЧНЕВАЯ 150
ЧАЙ С САХАРОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150/7	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/7/3	КАКАО С МОЛОКОМ 150
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 45	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 45	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 40	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 40
БАНАН 80	ЯБЛОКО 95	ЯБЛОКО 100			БАНАН 95	ЯБЛОКО 95	БАНАН 80	ЯБЛОКО 80	
II Завтрак									
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180
									ВАФЛИ 40
Обед									
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ 40	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО 40	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 40	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 40	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ 40	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 40	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ 40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 60	САЛАТ СТЕПНОЙ 40
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 180	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 180/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 150	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 180/10	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 180/10	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 180
КАША ГРЕЧНЕВАЯ 120	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 120	АЗУ 120	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 120	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ 120	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 80	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 120	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 120
ГУЛЯШ 60	КИСЕЛЬ 150	РЫБА СОЛЕНАЯ (ПОРЦИЯМИ) 60	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ 150	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 120	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) 60	КИСЕЛЬ 150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 80	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ 150	КИСЕЛЬ 150
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
ХЛЕБ РЖАНОЙ 30		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40		
							ХЛЕБ РЖАНОЙ 30		
Полдник									
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА 60	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 60	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 70	ПУДИНГ МАННЫЙ 60	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) 65	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 60	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ 60	ГРЕНКИ С ЯЙЦОМ 60	ОЛАДЬИ 60
СОК ФРУКТОВЫЙ 150	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 150	СОК ФРУКТОВЫЙ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 50	КАКАО С МОЛОКОМ 150	СОК ФРУКТОВЫЙ 180	ВАФЛИ 30	ЧАЙ С САХАРОМ 150
			БАНАН 100	ЯБЛОКО 95	СОК ФРУКТОВЫЙ 180			КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	БАНАН 80
					ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15				