

Утверждаю:
Заведующий МА ДРУ д/с к/в №1
Я.А. Артюхина

10-ти дневное цикличное меню (зимне-весенний сезон) для детей в возрасте с 3-7 лет. 2020-2021г

1 Завтрак Каша молочная манная 180 Кофейный напиток 180 Бутерброд с маслом 30	2 Завтрак Каша рисовая молочная 180 Какао с молоком 180 Бутерброд с сыром 35	3 Завтрак Омлет натуральный 100 Сосиска отв. 50 Чай с лимоном 180 Бутерброд с маслом 30	4 Завтрак Каша молочная овсяная 180 Чай с сахаром 180 Бутерброд с сыром 35	5 Завтрак Суп молочный с макаронными изделиями 180 Кофейный напиток 180 Бутерброд с маслом 30	6 Завтрак Плов вегетарианский 150 Какао с молоком 180 Бутерброд с сыром 30	7 Завтрак Каша молочная манная 180 Чай с молоком 180 Бутерброд с маслом 30	8 Завтрак Каша молочная пшеничная 180 Чай с молоком 180 Бутерброд с маслом 30	9 Завтрак Омлет натуральный 70 Капуста тушеная 100 Какао с молоком 180 Хлеб пшеничный 30	10 Завтрак Каша «Дружба» 180 Чай с сахаром 180 Бутерброд с сыром 35
2-й завтрак сок фруктовый 180	2-й завтрак свежие фрукты 100	2-й завтрак сок фруктовый 180	2-й завтрак свежие фрукты 100	2-й завтрак сок фруктовый 150	2-завтрак свежие фрукты 100	2-й завтрак сок фруктовый 180	2-завтрак свежие фрукты 100	2-й завтрак сок фруктовый 180	2-й завтрак свежие фрукты 100
Обед Салат из свеклы 50 Суп картофельный с макар. изд. 180 Котлета куриная 70 Рагу из овощей 130 Компот из свежих фруктов 180 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржаной 40	Обед Салат из капусты 50 Суп гороховый с гренками 180 Запеканка картофельная с мясом 160/30 Кисель из сока 180 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 35	Обед Зеленый горошек 40 Борщ со сметаной 180 Плов из мяса птицы 200 Компот из сухофруктов 180 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржаной 35	Обед Икра свекольная 50 Суп картофельный с клецками 180 Бефстроганов 70/70 Макароны отварные с маслом 130 Компот из фруктов 180 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 35	Обед Салат из капусты 50 Щи из свежей капусты 180 Рыба, запеченная с картофелем 160 Компот из сухофруктов 180 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржаной 40	Обед Нарезка из соленных овощей 40 Суп-лапша 180 Жаркое по-домашнему 200 Компот из фруктов 180 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржаной 40	Обед Салат из квашеной капусты 50 Суп с фрикадельками 180 Шницель рыбный 70 Пюре картофельное 130 Кисель из кураги 180 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржаной 35	Обед Винегрет овощной 50 Борщ с фасолью и картофелем 180 Каша гречневая 130 Гуляш 70/70 Компот из свежих фруктов 180 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржаной 40	Обед Икра кабачковая 40 Суп с рыбой 180 Птица, тушеная с овощами 180 Компот из сухофруктов 180 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 40	Обед Икра морковная 50 Борщ с капустой и картофелем 180 Котлета рыбная «любительская» 70 Пюре картофельное 130 Кисель из яблок 180 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржаной 35
Полдник Ватрушка с творогом 60 Салат из моркови с яблоком 60 Чай с сахаром 180	Полдник Пирожок с повидлом 60 Кисломолочный напиток 180	Полдник Пудинг из творога с яблоками 90 Кисломолочный напиток 180	Полдник Пирожок печеный с яблоком 60 Кисломолочный напиток 180	Полдник Вареники ленивые 140/5 Молоко кипяченое 180	Полдник Сырники из творога 130 Кисломолочный напиток 180	Полдник Овощи тушеные 100 Кондитерские изделия 30 Чай с сахаром 180	Полдник Ватрушка с творогом 60 Кисломолочный напиток 180	Полдник Пирожок с повидлом 60 Кисломолочный напиток 180	Полдник Запеканка из творога 70/20 Кисломолочный напиток 180