

«Утверждаю»
Заведующий МДОУ ЦРР
– д/с №11 «Жар-птица»
Медведева Л.В.

МЕНЮ – 1 день

Завтрак

Каша молочная «Дружба» – 150/200

Кофейный напиток с молоком- 150/200

Хлеб пшеничный, сыр – 20/20/10

2 завтрак

Яблоко – 80/100

Компот из свежих плодов (лимон) – 150/200

Обед

Салат из свеклы с растительным маслом – 45/60

Суп картофельный на мясном бульоне – 150/200

Гуляш из отварного мяса – 50/70

Изделия макаронные отварные – 100/150

Сок - 120/150

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Кисель – 150/200

Ватрушка с джемом – 50/50

Ужин

Биточки рубленые куриные – 50/70

Капуста тушеная - 100/150

Чай с сахаром – 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20

«Утверждаю»
Заведующий МДОУ ЦРР
– д/с №11 «Жар-птица»
Медведева Л.В.

МЕНЮ – 2 день

Завтрак

Омлет натуральный запеченный, зеленый горошек – 60/80/30

Чай с лимоном – 150/200

Хлеб пшеничный, масло сливочное – 20/20/10

2 завтрак

Банан – 80/100

Компот из свежих плодов – 150/200

Обед

Сельдь с растительным маслом – 30/45

Суп с макаронными изделиями на курином бульоне – 150/200

Гуляш из мяса птицы – 50/70

Рагу из овощей – 100/150

Компот из сухих плодов - 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Кондитерское изделие – 25/40

Молоко – 150/180

Ужин

Сырники – 100/120

Соус молочный сладкий – 20/20

Чай с сахаром – 150/200

МЕНЮ – 3 день

Завтрак

Суп молочный с изделиями макаронными – 150/200

Чай с сахаром- 150/200

Хлеб пшеничный, сыр – 20/20/10

2 завтрак

Яблоко – 80/100

Компот из свежих плодов (яблоко) – 150/200

Обед

Салат из капусты белокочанной с маслом растительным– 45/60

Рассольник домашний на мясном бульоне – 140/180

Говядина отварная – 10/20

Печень по строгановски – 50/70

Каша гречневая рассыпчатая – 100/150

Компот из плодов сухих (изюм) - 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Биоогурт фруктовый питьевой – 135/150

Кондитерское изделие – 25/40

Ужин

Шницель рубленный куриный – 50/70

Свекла тушеная - 100/150

Чай с лимоном – 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20

«Утверждаю»
Заведующий МДОУ ЦРР
– д/с №11 «Жар-птица»
Медведева Л.В.

МЕНЮ – 4 день

Завтрак

Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) – 150/200

Чай с молоком с сахаром – 150/200

Хлеб пшеничный, масло сливочное – 20/20/10

2 завтрак

Яблоко – 80/100

Компот из свежих плодов (лимон)– 150/200

Обед

Салат из помидоров с маслом растительным – 45/60

Суп крестьянский с крупой (крупка перловая) – 150/200

Тефтели рыбные – 50/70

Пюре картофельное – 100/150

Отвар шиповника - 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Булочка городская – 50/50

Кефир – 135/150

Ужин

Тефтели мясные с соусом – 50/70

Изделия макаронные отварные – 100/150

Чай с сахаром – 150/200

Хлеб пшеничный - 20

«Утверждаю»
Заведующий МДОУ ЦРР
– д/с №11 «Жар-птица»
Медведева Л.В.

МЕНЮ – 5 день

Завтрак

Запеканка из творога – 50/80

Соус молочный (сладкий) с ванилью – 20

Чай с лимоном - 150/200

Хлеб пшеничный, сыр – 20/20/10

2 завтрак

Бананы – 80/100

Сок – 120/150

Обед

Икра кабачковая – 45/60

Суп из овощей на курином бульоне – 140/190

Сухарики из хлеба пшеничного – 10

Плов куриный - 100/150

Компот из плодов сухих – 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Биойогурт фруктовый питьевой – 135/150

Кондитерское изделие – 25/40

Ужин

Блины - – 150/200

Чай с сахаром – 150/200

Масло сливочное - 10

МЕНЮ – 8 день

Завтрак

Каша жидкая на молоке (гречневая) – 150/200

Чай с сахаром/какао на молоке – 150/200

Хлеб пшеничный, масло сливочное – 20/20/10

2 завтрак

Яблоко – 80/100

Компот из ягод быстрозам. (смородина) – 150/200

Обед

Салат витаминный с растительным маслом – 45/60

Суп с бобовыми (горох) на мясном бульоне – 140/190

Сухарики из хлеба пшеничного – 10

Запеканка картофельная с мясом отварным – 100/150

Компот из плодов свежих (яблоко) - 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Мармелад - 10

Компот из плодов сухих (изюм) – 150/200

Ужин

Котлеты, рубленые из фарша рыбного – 50/70

Рис отварной с кукурузой – 100/150

Чай с сахаром – 150/200

Хлеб пшеничный - 20

МЕНЮ – 7 день

Завтрак

Суфле творожное запеченное – 50/80

Соус молочный (сладкий) – 20

Кофейный напиток- 150/200

Хлеб пшеничный, сыр – 20/20/10

2 завтрак

Бананы – 80/100

Компот из плодов свежих – 150/200

Обед

Салат из помидоров и огурцов свежих с маслом растительным – 45/60

Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне – 150/200

Азу из отварного мяса – 50/70

Изделия макаронные отварные – 100/150

Компот из плодов свежих (лимон) – 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Биойогурт фруктовый питьевой – 135/150

Булочка «Любимая» – 50

Ужин

Каша пшенная молочная – 150/200

Чай с сахаром – 150/200

Хлеб пшеничный - 20

МЕНЮ – 6 день

Завтрак

Каша жидкая на молоке (манная) – 150/200

Чай с молоком с сахаром – 150/200

Хлеб пшеничный, масло сливочное – 20/20/10

2 завтрак

Яблоко – 80/100

Отвар шиповника – 150/200

Обед

Салат из моркови с сахаром - 45/60

Суп из овощей – 140/190, сухарики из хлеба пшеничного – 10

Тефтели рыбные – 50/70

Картофель отварной запеченный со сливочным маслом – 100/150

Сок – 12-0/150

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Пастила – 20

Чай с лимоном – 150/200

Ужин

Котлеты мясные, рубленые запеченные с соусом молочным – 50/70

Каша гречневая рассыпчатая – 100/150

Кисель – 150/200

Хлеб пшеничный - 20

«Утверждаю»
Заведующий МДОУ ЦРР
– д/с №11 «Жар-птица»
Медведева Л.В.

МЕНЮ – 9 день

Завтрак

Каша молочная «Дружба» – 150/200

Чай с лимоном- 150/200

Хлеб пшеничный, сыр – 20/20/10

2 завтрак

Яблоко – 80/100

Компот из свежих плодов – 150/200

Обед

Салат из отварной свеклы с чесноком – 45/60

Суп с изделиями макаронными на курином бульоне – 150/200

Рагу из мяса птицы – 100/150

Компот из плодов сухих (чернослив) - 150-200

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Молоко – 150/180

Пирожок с яблоком – 50/50

Ужин

Суфле из печени – 50/70

Картофель отварной, запеченный с растительным маслом – 100/150

Хлеб пшеничный – 2-

Кисель – 150/200

«Утверждаю»
Заведующий МДОУ ЦРР
– д/с №11 «Жар-птица»
Медведева Л.В.

МЕНЮ – 10 день

Завтрак

Омлет натуральный запеченный, зеленый горошек – 60/80/30

Кофейный напиток – 150/200

Творог для детского питания – 50 (ранний возраст)

Хлеб пшеничный – 20

2 завтрак

Банан – 80/100

Компот из ягод быстрозам. (смородина) – 150/200

Обед

Салат из капусты краснокочанной с маслом растительным – 45/60

Суп крестьянский с крупой (к.перловая) на мясном бульоне -150/200

Суфле из отварного мяса (говядина) – 50/70, свекла тушеная – 100/150

Компот из сухих плодов - 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Кондитерское изделие – 25/40

Кефир – 135/150

Ужин

Котлеты, рубленые из птицы, запеченные с соусом молочным – 50/70

Рис отварной с овощами – 100/150

Чай с сахаром – 150/200

Хлеб пшеничный – 20

«Утверждаю»
Заведующий МДОУ ЦРР
– д/с №11 «Жар-птица»
Медведева Л.В.

МЕНЮ – 12 день

Завтрак

Каша жидкая на молоке (рисовая) – 150/200

Какао напиток на молоке- 150/200

Хлеб пшеничный, сыр – 20/20/10

2 завтрак

Яблоко – 80/100

Компот из свежих плодов (груша) – 150/200

Обед

Салат из свежих огурцов со сладким перцем с раст. маслом – 45/60

Щи из свежей капусты – 150/200

Биточки рубленые куриные – 50/70

Пюре картофельное – 100/150

Сок – 120/150

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Кондитерское изделие – 25/40

Биойогурт фруктовый питьевой – 135/150

Ужин

Макароны с сыром – 100/150

Хлеб пшеничный – 20/20

Чай с сахаром – 150/200

«Утверждаю»
Заведующий МДОУ ЦРР
– д/с №11 «Жар-птица»
Медведева Л.В.

МЕНЮ – 11 день

Завтрак

Суп молочный с изделиями макаронными – 150/200

Кофейный напиток злаковый на молоке – 150/200

Масло сливочное – 10, хлеб пшеничный – 20

2 завтрак

Банан – 80/100

Компот из свежих плодов (яблоко) – 150/200

Обед

Икра кабачковая - 45/60

Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне -150/200

Гуляш из отварного мяса – 50/70

Изделия макаронные отварные – 100/150

Компот из свежих плодов (лимон) - 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Лепешка с сыром – 50

Кисель – 150/200

Ужин

Котлеты, рубленые из фарша рыбного – 50/70

Рис отварной с овощами – 100/150

Чай с сахаром – 150/200

Хлеб пшеничный - 20

«Утверждаю»
Заведующий МДОУ ЦРР
– д/с №11 «Жар-птица»
Медведева Л.В.

МЕНЮ – 13 день

Завтрак

Омлет натуральный запеченный, зеленый горошек – 60/80/30

Чай с молоком с сахаром – 150/200

Хлеб пшеничный, масло сливочное – 20/20/10

2 завтрак

Яблоко – 80/100

Отвар шиповника – 150/200

Обед

Винегрет овощной – 45/60

Суп с макаронными изделиями на бульоне из птицы - 150/200

Гуляш из мяса птицы – 50/70

Картофель отварной запеченный со слив. маслом - 100/150

Компот из сухих плодов - 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Кондитерское изделие – 25/40

Кисель – 150/200

Ужин

Фрикадельки мясные паровые – 50/70

Рагу из овощей – 100/150

Чай с сахаром – 150/200

Хлеб пшеничный - 20

МЕНЮ – 14 день

Завтрак

Пудинг из творога запеченный – 50/80

Соус молочный (сладкий) - 20

Чай с лимоном- 150/200

Хлеб пшеничный, масло сливочное – 20/10

2 завтрак

Бананы– 80/100

Сок – 120/150

Обед

Салат из помидоров с маслом растительным– 45/60

Рассольник ленинградский на мясном бульоне – 150/200

Бефстроганов из отварного мяса - 50/70

Каша гречневая рассыпчатая – 100/150

Компот из ягод быстрозамороженных - 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Кондитерское изделие – 25/40

Молоко – 150/180

Ужин

Лепешки картофельные – 50/80, соус сметанный – 20

Огурцы свежие – 45/60

Кисель – 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20

«Утверждаю»
Заведующий МДОУ ЦРР
– д/с №11 «Жар-птица»
Медведева Л.В.

МЕНЮ – 15 день

Завтрак

Каша жидкая на молоке (овсяная) – 150/200

Какао-напиток на молоке- 150/200

Хлеб пшеничный, сыр – 20/10

2 завтрак

Яблоко – 80/100

Компот из свежих плодов (груша) – 150/200

Обед

Сельдь с растительным маслом – 30/45

Борщ с мелкошинкованными овощами на мясном бульоне – 150/200

Говядина тушеная с картофелем - 100/150

Компот из свежих плодов (яблоко) – 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Биойогурт фруктовый питьевой – 135/150

Кондитерское изделие – 25/40

Ужин

Блины – 150/200

Чай с сахаром – 150/200

Масло коровье сливочное - 10

МЕНЮ – 16 день

Завтрак

Каша пшенная молочная – 150/200

Чай с сахаром – 150/200

Хлеб пшеничный, масло сливочное – 20/10

2 завтрак

Бананы – 80/100

Компот из сухих плодов – 150/200

Обед

Салат из моркови с сахаром – 45/60

Суп из овощей – 140/190

Сухарики из хлеба пшеничного - 10

Тефтели рыбные – 50/70

Картофель отварной, запеченный с растительным маслом – 100/150

Компот из плодов свежих (лимон) – 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Пирожок с яблоком – 50

Кисель – 150/200

Ужин

Фрикадельки мясные паровые – 50/70

Свекла тушеная – 100/150

Чай с лимоном – 150/200

Хлеб пшеничный – 20

МЕНЮ – 17 день

Завтрак

Запеканка из творога – 50/80

Соус абрикосовый - 20

Чай с молоком и сахаром - 150/200

Хлеб пшеничный, сыр – 20/10

2 завтрак

Яблоко– 80/100

Сок – 120/150

Обед

Салат из отварной свеклы с чесноком– 45/60

Суп с макаронными изделиями на бульоне из птицы - 150/200

Гуляш из мяса птицы - 50/70

Каша гречневая рассыпчатая – 100/150

Компот из сухих плодов (чернослив) - 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Кондитерское изделие – 25/40

Чай с лимоном – 150/200

Ужин

Каша жидкая на молоке (манная) – 150/200

Биойогурт фруктовый питьевой – 135/150

Хлеб пшеничный – 20/20

МЕНЮ – 18 день

Завтрак

Каша жидкая на молоке (рисовая) – 150/200

Чай с лимоном – 150/200

Хлеб пшеничный, масло сливочное – 20/10

2 завтрак

Бананы – 80/100

Компот из свежих плодов (груша) – 150/200

Обед

Салат свежих огурцов с растительным маслом - 45/60

Щи из капусты свежей на мясном бульоне с овощами – 150/200

Азу из отварного мяса – 50/70

Изделия макаронные отварные – 100/150

Сок – 120/150

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Пирожок с яблоком – 50

Чай с сахаром- 150/200

Ужин

Запеканка картофельная с отварным мясом – 100/150

Какао-напиток на молоке – 150/200

Хлеб пшеничный – 20

МЕНЮ – 19 день

Завтрак

Омлет натуральный запеченный - 60/80

Зеленый горошек отварной с растительным маслом – 30

Чай с сахаром - 150/200

Хлеб пшеничный – 20

Творог для детского питания (ясли) - 50

2 завтрак

Бананы– 80/100

Компот из ягод свежих (яблоко) – 150/200

Обед

Салат из капусты белокочанной с маслом растительным - 45/60

Суп с бобовыми (горох) на курином бульоне – 140/190

Сухарики из хлеба пшеничного- 10

Плов куриный – 100/150

Компот из сухих плодов - 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Зефир – 20

Отвар шиповника - 150/200

Ужин

Рыба, запеченная в молочном соусе - 60/70

Пюре картофельное – 100/150

Хлеб пшеничный – 20/20

МЕНЮ – 20 день

Завтрак

Каша жидкая на молоке (овсяная) – 150/200

Чай с сахаром – 150/200

Хлеб пшеничный, масло сливочное – 20/10

2 завтрак

Яблоко – 80/100

Компот из сухих плодов (изюм)– 150/200

Обед

Салат зеленый с огурцами и помидорами с растит. маслом - 45/60

Уха ростовская - 150/200

Котлеты мясные рубленые запеченные с соусом молочным – 50/70

Изделия макаронные отварные – 100/150

Компот из ягод быстрозамороженных – 150/200

Хлеб пшеничный – 20/20, ржано-пшеничный – 20/20

Полдник

Ватрушка с творогом – 50

Молоко - 150/180

Ужин

Рагу из овощей - 100/150

Отвар шиповника - 150/200

Хлеб пшеничный – 20