

Десятидневное меню МБДОУ детский сад №54 для детей от 1,5 до 3 лет

ДЕНЬ 1		ДЕНЬ 2		ДЕНЬ 3		ДЕНЬ 4		ДЕНЬ 5	
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
83	Омлет натуральный	150	Каша жидкая пшеничная	150	Каша манная вязкая	83	Омлет натуральный	150	Каша жидкая пшеничная
40	Горох овощной отварной	150	Кофейный напиток	150	Чай с сахаром	40	Горох овощной отварной	150	Какао с молоком
150	Кофейный напиток	20/7	Бутерброд с маслом	20/7	Бутерброд с маслом	150	Какао с молоком	20/7/10	Бутерброд с сыром
20/7/10	Бутерброд с сыром	2 завтрак		2 завтрак		20/7	Бутерброд с маслом	2 завтрак	
20	Хлеб пшеничный	150	Яблоко свежее	150	Яблоко свежее	20	Хлеб пшеничный	100	Сок яблочный
2 завтрак		Обед		Обед		2 завтрак		Обед	
100	Сок яблочный	150	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150	Суп картофельный с крупой	150	Яблоко свежее	150/10	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной
Обед		60	Тефтели	60	Шницель (говяжий)	Обед		70	Кнели куриные с рисом
150	Суп картофельный с бобовыми	30	Соус томатный	110	Макаронные изделия отварные	150/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	110	Макаронные изделия отварные
60	Котлета (говяжья)	110	Пюре картофельное	150	Сок фруктовый	150	Плов из птицы	150	Компот из смеси сухофруктов
110	Капуста тушеная	150	Компот из смеси сухофруктов	40	Хлеб ржаной	150	Компот из смеси сухофруктов	40	Хлеб ржаной
150	Кисель из повидла	40	Хлеб ржаной	Полдник		40	Хлеб ржаной	Полдник	
40	Хлеб ржаной	Полдник		100	Сырники из творога	Полдник		75	Шницель рыбный натуральный
Полдник		100	Пудинг из творога	30	Повидло	150	Каша ячневая вязкая	110	Пюре картофельное
150	Каша рисовая жидкая	30	Соус молочный сладкий	150	Кофейный напиток	150	Чай с сахаром	150	Чай с лимоном
150	Какао с молоком	150	Кефир	Ужин		20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный
Ужин		20	Хлеб пшеничный	100	Чай с лимоном	30	Печенье	Ужин	
100	Чай с сахаром	Ужин		20	Хлеб пшеничный	Ужин		100	Чай с сахаром
20	Хлеб пшеничный	100	Напиток из плодов шиповника			100	Чай с лимоном	20	Хлеб пшеничный
20		20	Хлеб пшеничный			20	Хлеб пшеничный		
ДЕНЬ 6		ДЕНЬ 7		ДЕНЬ 8		ДЕНЬ 9		ДЕНЬ 10	
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
40	Яйцо отварное	150	Каша жидкая пшеничная	150	Каша жидкая пшеничная	150	Каша жидкая геркулесовая	83	Омлет натуральный
40	Горох овощной отварной	150	Кофейный напиток	150	Чай с молоком	150	Какао с молоком	40	Горох овощной отварной
20/7/10	Бутерброд с сыром	20/7	Бутерброд с маслом	20/7	Бутерброд с маслом	20/7/10	Бутерброд с сыром	150	Какао с молоком
150	Чай с молоком	2 завтрак		2 завтрак		2 завтрак		20/7	Бутерброд с маслом
20	Хлеб пшеничный	100	Сок яблочный	150	Яблоко свежее	100	Сок яблочный	20	Хлеб пшеничный
2 завтрак		Обед		Обед		Обед		2 завтрак	
150	Яблоко свежее	150	Суп с крупой	150/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	Суп картофельный с макаронными изделиями	100	Сок яблочный
Обед		60	Биточки (говяжьи)	60	Тефтели	Обед		Обед	
150	Суп картофельный с бобовыми	110	Рис припущенный	30	Соус томатный	70	Котлета рубленая из птицы	150/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной
70	Котлета рубленая из птицы	150	Компот из смеси сухофруктов	110	Пюре картофельное	30	Соус сметанный	60	Зразы рубленые
110	Каша рассыпчатая гречневая	40	Хлеб ржаной	150	Сок фруктовый	110	Рис припущенный	110	Каша гречневая рассыпчат
150	Кисель из повидла	Полдник		40	Хлеб ржаной	150	Компот из смеси сухофруктов	30	Соус томатный
40	Хлеб ржаной	100	Запеканка из творога	Полдник		40	Хлеб ржаной	150	Компот из смеси сухофруктов
Полдник		30	Соус молочный сладкий	100	Сырники из творога	Полдник		40	Хлеб ржаной
150	Каша манная вязкая	150	Кефир	20	Молоко сгущенное	60	Шницель рыбный натуральный	Полдник	
150	Кофейный напиток с молоком сгущенным	20	Хлеб пшеничный	150	Чай с сахаром	110	Пюре картофельное	150	Каша рисовая жидкая
Ужин		Ужин		Ужин		150	Чай с сахаром	150	Чай с сахаром
100	Чай с сахаром	100	Чай с лимоном	100	Чай с лимоном	20	Хлеб пшеничный	30	Печенье
20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	Ужин		Ужин	
						100	Напиток из плодов шиповника	100	Чай с лимоном
						20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный