

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

ДЕНЬ 1		ДЕНЬ 2		ДЕНЬ 3		ДЕНЬ 4		ДЕНЬ 5	
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
83	Омлет натуральный	150	Каша пшеничная вязкая	150	Каша манная вязкая	83	Омлет натуральный	150	Каша гречневая вязкая
40	Горошек зеленый	150	Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	Чай с молоком	40	Горошек зеленый	150	Какао с молоком
150	Кофейный напиток	20/7	Бутерброд с маслом	20/7	Бутерброд с маслом	150	Какао с молоком	20/7	Бутерброд с маслом
20/7/10	Бутерброд с сыром	20/7	Бутерброд с маслом		2 завтрак	20/7	Бутерброд с маслом		2 завтрак
20	Хлеб пшеничный		2 завтрак	80	Яблоко	20	Хлеб пшеничный	100	Сок фруктовый
	2 завтрак	100	Сок фруктовый		Обед		2 завтрак		Обед
100	Сок фруктовый		Обед	150	Щи из свежей капусты	80	Яблоко	150	Суп картофельный с консервами из бобовых
	Обед	150	Суп с рыбными фрикадельками	70	Шницель (говяжий)		Обед	230	Макаронник с печенью говяжьей
150	Суп картофельный с бобовыми	70	Биточки (говяжьи)	120	Пюре картофельное	150	Борщ капустой и картофелем со сметаной	30	Соус красный основной
70	Котлета (говяжья)	100	Макароны отварные	150	Сок фруктовый	150	Плов из птицы	150	Компот из сухофруктов
120	Капуста тушеная	150	Компот из сухофруктов	40	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной
150	Кисель из повидла	40	Хлеб ржаной		Полдник		Полдник		Полдник
40	Хлеб ржаной		Полдник	150	Сырники из творога	150	Каша ячневая вязкая	75	Шницель рыбный натуральный
	Полдник	100	Пудинг из творога	50	Повидло	150	Чай с молоком	120	Пюре картофельное
150	Каша рисовая жидкая	40	Соус молочный	150	Чай с сахаром	150	Чай с молоком	150	Чай с лимоном
150	Какао с молоком	150	Кефир	20	Хлеб пшеничный	30	Печенье	20	Хлеб пшеничный
24	Печенье		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин
100	Напиток из шиповника	100	Напиток из шиповника	100	Напиток из шиповника	100	Напиток из шиповника	100	Напиток из шиповника
20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	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 пшеничная вязкая	120	Макаронные изделия отварные	83	Омлет натуральный	150	Каша геркулесовая вязкая
40	Горошек зеленый консерв	150	Напиток кофейный с молоком	40	Горошек консервирован.	40	Горошек зеленый	150	Какао с молоком
20/7/10	Бутерброд с сыром	20/7	Бутерброд с маслом	150	Чай с молоком	150	Какао с молоком	20/7	Бутерброд с маслом
150	Чай с молоком	20/7	Бутерброд с маслом	20/7	Бутерброд с маслом	20/7	Бутерброд с маслом		2 завтрак
20	Хлеб пшеничный		2 завтрак	20/7	Бутерброд с маслом	20	Хлеб пшеничный	100	Сок фруктовый
	2 завтрак	100	Сок фруктовый		2 завтрак		2 завтрак		Обед
100	Сок фруктовый		Обед	80	Яблоко	100	Сок фруктовый	150	Суп картофельный с макаронными изделиями
	Обед	150	Суп картофельный с крупой		Обед		Обед	70	Котлета рубленая из птицы
150	Суп картофельный с бобовыми	70	Биточки (говяжьи)	150	Борщ с капустой и картофелем	150	Борщ с капустой и картофелем	100	Рис отварной
70	Котлета рубленая из птицы	100	Каша пшеничная рассыпчатая	50	Тефтели	70	Котлета (говяжья)	30	Соус красный основной
120	Каша гречневая рассыпчат	150	Компот из сухофруктов	120	Пюре картофельное	100	Макароны отварные	150	Компот из сухофруктов
150	Кисель из повидла	40	Хлеб ржаной	150	Сок фруктовый	150	Компот из сухофруктов	40	Хлеб ржаной
40	Хлеб ржаной		Полдник	40	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной		Полдник
	Полдник	100	Запеканка из творога		Полдник		Полдник	75	Шницель рыбный натуральный
150	Каша манная вязкая	50	Соус молочный	75	Сырники из творога	150	Каша пшеничная вязкая	150	Пюре картофельное
150	Кофейный напиток с					150	Кофейный напиток		

30	молоком сгущенным. Печенье	150	кефир	20	Молоко сгущенное	30	Печенье	150	Чай с лимоном
	Ужин	20	Хлеб пшеничный	150	Чай с сахаром		Ужин	20	Хлеб пшеничный
100	Напиток из шиповника	100	Напиток из шиповника	20	Хлеб пшеничный	100	Напиток из шиповника		Ужин
20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный		Ужин	20	Хлеб пшеничный	100	Напиток из шиповника
				100	Напиток из шиповника			20	Хлеб пшеничный
				20	Хлеб пшеничный				