

Десятидневное меню



Утверждаю
 Главный МАДОУ
 «Детский сад
 «Родничок»
 Петерик

| Понедельник 1 | Понедельник 6 |
|---|---|
| <p>Завтрак : Каша молочная гречневая.150/200 гр Масло сливочное5/8 ,батон/хлеб 20/30гр,сыр4/6. Чай с сахаром 150/200гр 2 Завтрак : Сок100гр. Обед: зеленый горошек с луком.(терм.обработка).40/50гр. Свекольник со сметаной на курином бульоне.150/200гр. Плов с курицей.150гр/180гр Компот из сухофруктов.150/200гр Хлеб.40/50гр Полдник : Булочка 60/90гр. Какао молочное 150/200гр. Яблоко 95/100гр.</p> | <p>Завтрак : Каша гречневая молочная .150/200гр. Масло сливочное5/8гр. ,батон/хлеб20/30гр.,сыр.4/6гр. Чай с сахаром .150/200гр. 2 Завтрак : Сок.100гр. Обед: Нарезка из свежих огурцов 40/50гр.. Борщ со сметаной 5 гр.на м.к.б. 150/200гр. Рис отварной.120/150гр. Рыбная котлета60/80гр. в соусе.20/30гр. Компот из сухофруктов.150/200гр. Хлеб.40/50гр. Полдник : Печенье.50/60гр. Кофейный молочный напиток .150/200гр.</p> |
| Вторник 2 | Вторник 7 |
| <p>Завтрак : Суп молочный вермишелевый .150/200гр. Масло сливочное 5/8гр.,сыр.4/6гр Батон/хлеб.20/30гр Чай с сахаром 150гр/200гр 2 завтрак : Сок.100гр. Обед: Нарезка из свежих огурцов.40/50гр. Суп с фрикадельками (мясными).150/200гр. Котлета рыбная в соусе.60/80гр Картофельное пюре.120/150гр. Компот из свежих яблок .150/200гр. Хлеб.40/50гр. Полдник: Печенье .50/60гр. Кофейный молочный напиток 150/200гр.</p> | <p>Завтрак : Каша манная молочная .150/200гр. Масло сливочное5/8гр. ,батон/хлеб20/30гр.,сыр.4/6гр. Чай с сахаром .150/200гр. 2 Завтрак : Сок.100гр. Обед салат из свеклы с чесноком .40/50грю. Суп рыбный с сайрой .150/200гр. Салатка сборная с мясом .150/180гр. Компот из яблок.150/200гр. Хлеб.40/50гр. Полдник : Пряник .50/60гр. Йогурт питьевой.150/200гр.</p> |
| Среда 3 | Среда 8 |
| <p>Завтрак : Каша геркулесовая молочная .150/200гр. Масло сливочное5/8гр. ,сыр4/6гр. Батон/хлеб.20/30гр. Чай с сахаром 150/200гр. 2 завтрак : Сок100гр. Обед: Салат из тертой моркови с яблоком .40/50гр. Суп борщ со сметаной на м.к/б.150/200гр.</p> | <p>Завтрак : Суп молочный вермишелевый .150/200гр. Масло сливочное5/8гр. ,батон/хлеб20/30гр.,сыр.4/6гр. Чай с сахаром .150/200гр. 2 Завтрак : Сок.100гр. Обед: Салат из свежей капусты .40/50гр. Рассольник со сметаной 5гр.на м.к.б.</p> |

| | |
|---|---|
| <p>Гороховое пюре.120/150гр. Котлета мясная 60/80гр.с соусом .20/30гр. Напиток из лимона.150/200гр. Хлеб.40/50гр. Полдник: Маняные биточки100/150гр. с повидлом 20/30гр. Снежок.150/200гр.</p> | <p>150/200гр Картофельное пюре.120/150гр. Тефтели мясные 60/80гр.в соусе.20/30гр. Компот из сухофруктов .150/200гр. Хлеб.40/50гр. Полдник : Печенье .50/60гр. Кофейный молочный напиток.150/200гр. Яблоко 90/100гр.</p> |
| Четверг 4 | Четверг 9 |
| <p>Завтрак: Каша молочная рисовая .150/200гр. Масло сливочное5/8гр.сыр4/6гр, Батон/хлеб.20/30гр. Чай с сахаром.150/200гр. 2 завтрак : Сок100гр. Обед: Салат из морской капусты с луком 40/50гр. Суп крестьянский на мясном бульоне .150/200гр. Макароны отварные 120/150гр. Ленивые голубцы 60/80 гр.в соусе 20/30гр. Кисель .150/200гр. Хлеб .40/50гр. Полдник: Сырник творожный 100/150гр.с повидлом. 20/30гр. Кофейный молочный напиток 150/200гр.</p> | <p>Завтрак: Ленивые вареники 120/180гр Соус сметанный .20/30гр. Масло сливочное.5/8гр. Батон/хлеб.20/30гр Какао с молоком .150/200гр . 2 завтрак : Сок100гр. Обед: Салат из свеклы с соленым огурцом .40/50гр. Суп гороховый с гренками на м.к/б.150/200гр. Макароны отварные.: 120/150гр. Сосиска отварная 50/70гр.с соусом20/ 30гр.. Кисель .150/200гр. Хлеб .40/50гр. Полдник: Вафли .50/60гр. Чай сладкий с лимоном .150/200гр.</p> |
| Пятница 5 | Пятница 10 |
| <p>Завтрак: Запеканка творожная 120/180гр.с повидлом 20/30гр.. Какао молочное .150/200гр. Хлеб20/30гр. с маслом 5/8гр. 2 завтрак: Сок100гр. Обед: Нарезка из свежих помидор .40/60гр. Суп докторский .150/200гр. Гарнир гречневый .120/150гр. Бефстроганов из печени. 60/80гр. Напиток из изюма.150/200гр. Хлеб.40/50гр Полдник : Вафли 50/60гр. Чай сладкий с лимоном .150/200гр.</p> | <p>Завтрак: Каша молочная дружба.150/200гр. Хлеб 20/30гр.с маслом 5/8гр.. Чай с сахаром .150/200гр. 2 завтрак: Сок.100гр. Обед: Сельдь с луком .40/60гр. Суп вермишелевый на курином бульоне 150/200гр.. Домашнее жаркое с курицей .150/180гр. Компот из свежий яблок .150/200гр. Хлеб.40/50гр. Полдник : Булочка с маком .60/90гр. Какао молочное .150/200гр.</p> |