

Утверждаю заведующий МДОУ
детский сад п. Судоверфь «Солнышко»
30.08.23 М.В.Гришмановская

Примерное 10-дневное меню (первая неделя) 2023год

	Завтрак	2-й завтрак	Обед	Уплотненный полдник
Понедельник	1.Масло сливочное порционное 7 2.Каша ячневая молочная жидкая 200 3. Чай с сахаром 200 4.Батон нарезной 25		1.Огурец соленый 25 2.Суп-пюре из разных овощей на м/к бульоне 200 3.Жаркое по-домашнему 220 4. Компот из смеси сухофруктов 200 5.Хлеб ржаной 30	1.Запеканка творожная с рисом и с джемом 150 2.Булочка «Неженка» 50 3.Кефир с сахаром 180
Вторник	1.Масло сливочное порционное 7 2. Каша «Дружба» молочная жидкая 200 3.Чай с сахаром, молоком 200 4.Батон нарезной 25	Фрукты	1.Свекла отварная 60 2. Суп «Крестьянский» на м /к бульоне 200 3.Котлета мясная 80 4. Макароны изделия отварные 150 5.Соус красный 50 6. Кисель из концентрата 200 7. Хлеб ржаной 30	1.Сыр (порциями) 2.Котлеты из овощей 150 3.Соус сметанный 50 4.Чай с сахаром 200
Среда	1.Масло сливочное порционное 7 2.Каша пшенная молочная жидкая 200 3. Какао с молоком 200 4.Батон нарезной 25		1.Салат из белокочанной капусты с морковью 60 2.Суп картофельный на м/к бульоне 200 3. Рубленая котлета из курицы 80 4. Каша гречневая рассыпчатая 115 5. Соус красный 50 6. Кисель из концентрата 200 7. Хлеб ржаной 30	1.Икра свекольная 60 2.Пудинг рыбный запеченный 80 3. Чай с сахаром 200
Четверг	1.Сыр порциями 20 2. Масло сливочное порционное 7 3.Суп молочный с макаронными изделиями 200 4. Кофейный напиток на молоке 200 5. Батон нарезной 25		1.Суп «Кудряш» 200 2. Голубцы ленивые 220 3.Соус сметанный 50 4. Компот из смеси сухофруктов 200 5. Хлеб ржаной 30	1.Винегрет овощной 150 2.Гребешок с повидлом 60 3.Чай с сахаром и молоком 200
Пятница	1.Масло сливочное порционное 7 2. Каша гречневая молочная жидкая 200 3. Какао с молоком 200 4. Батон нарезной 25		1.Салат витаминный 60 2.Суп с макаронными изделиями на м/к бульоне 200 3.Тефтели рыбные в соусе 80 4.Картофель по - деревенски 150 5. Компот из шиповника 200 6. Хлеб ржаной 30	1.Творожно- морковное пирожное 150 2.Снежок 180

Утверждаю заведующий МДОУ
детский сад п. Судоверфь «Солнышко»
30.08.23 М.В. Гришмановская

Примерное 10-дневное меню (вторая неделя) 2023 года

	Завтрак	2-й завтрак	Обед	Уплотненный полдник
Понедельник	1. Масло сливочное порционное 7 2. Каша из хлопьев овсяная «Геркулес» молочная жидкая 200 3. Чай с сахаром 200 4. Батон нарезной 25		1. Суп гороховый с картофелем на м/к бульоне 200 2. Капуста тушеная с отварным мясом 220 3. Компот из смеси сухофруктов 200 4. Хлеб ржаной 30	1. Творожное суфле со сгущенным молоком 150/10 2. Сдоба «Венская» 60 3. Снежок 180
Вторник	1. Сыр (порциями) 2. Масло сливочное порционное 7 3. Каша манная молочная жидкая 200 4. Какао с молоком 200 5. Батон нарезной 25	Фрукты	1. Огурец соленый 35 2. Борщ с картофелем на м/к бульоне 200 3. Шницели мясные 80 4. Картофельное пюре 150 5. Компот из шиповника 200 6. Хлеб ржаной 30	1. Ежики рыбные 180 2. Соус красный 50 3. Чай с сахаром, молоком 200
Среда	1. Масло сливочное порционное 7 2. Каша рисовая молочная жидкая 200 3. Кофейный напиток 200 4. Батон нарезной 25		1. Салат из моркови с маслом растительным 60 2. Рассольник Ленинградский на м/к бульоне 200 3. Гуляш из отварного мяса 80 4. Каша гречневая рассыпчатая 150 5. Кисель из концентрата 200 6. Хлеб ржаной 30	1. Овощное рагу с отварной курицей 200 2. Чай с сахаром, молоком 180
Четверг	1. Масло сливочное порционное 7 2. Каша пшеничная молочная жидкая 200 3. Какао на молоке 200 4. Батон нарезной 25		1. Салат из белокочанной капусты 60 2. Суп «С рыбными консервами» 200 3. Макаронник с отварным мясом 200 4. Соус томатный 60 5. Компот лимонный 200 6. Хлеб ржаной 30	1. Омлет натуральный 115 2. Пирожки печеные с капустой и яйцом 70 3. Кофейный напиток на молоке 200
Пятница	1. Масло сливочное порционное 7 2. Запеканка творожная под киселем 150 3. Кофейный напиток на молоке 200 4. Батон нарезной 25		1. Свекла отварная 35 2. Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне 200 3. Плов с курой 200 4. Компот из смеси сухофруктов 200 5. Хлеб ржаной 30	1. Огурец соленый 35 2. Биточки рыбные 80 3. Картофель отварной 150 4. Чай с сахаром и молоком 200