



Меню на 1 день

Наименование блюда	Выход блюда	
	ясли	сад
Завтрак		
Каша пшеничная на молоке	150	180
Бутерброд с повидлом	35	45
Какао с молоком	180	180
Второй завтрак		
Сок	200	200
Обед		
Суп картофельный с пшеном на курином бульоне	150	180
Картофель с куриным мясом и зеленым горошком	160	200
Луковый салат с огурцом	30	50
Компот из с/фр	150	180
Хлеб пшеничный	40	50
Хлеб ржаной	30	40
Полдник		
Кефир	150	180
Ужин		
Булочка московская	40	60
Макаронные изделия отварные с сахаром	180	200
Чай с сахаром	180	180

Рекомендации: Блюда из рыбы



Меню на 2 день

Наименование блюда	Выход блюда	
	ясли	сад
Завтрак		
Каша манная вязкая на молоке	150	180
Бутерброд с маслом и сыром	45	55
Кофейный напиток с молоком	180	180
Второй завтрак		
Фрукты	180	200
Обед		
Свекольник на м/к бульоне со сметаной	150	180
Бефстроганов из мяса говядины	50	70
Гречка отварная	110	130
Салат из свежей капусты со свеклой	30	50
Компот из с/фр	150	180
Хлеб пшеничный	40	50
Хлеб ржаной	30	40
Полдник		
Снежок	150	180
Ужин		
Вафли	25	30
Биточки из рыбы	50	70
Омлет	110	130
Чай с сахаром	180	180

Рекомендации: Блюда из свежих овощей



Меню на 3 день

Наименование блюда	Выход блюда	
	ясли	сад
Завтрак		
Каша рисовая вязкая на молоке	150	180
Бутерброд с маслом	35	45
Какао с молоком	180	180
Второй завтрак		
Сок	200	200
Обед		
Суп гороховый на м/к бульоне	150	180
Картофельное пюре	110	130
Котлета из говядины в сметанном соусе	50	70
Свекла кусочками	30	50
Компот из с/фр	150	180
Хлеб пшеничный	40	50
Хлеб ржаной	30	40
Полдник		
Ряженка	150	180
Ужин		
Творожная булочка	40	60
Макаронные изделия отварные	110	130
Печень по-строгановски	50	70
Чай с сахаром	180	180

Рекомендации: Блюда из рыбы



Меню на 4 день

Наименование блюда	Выход блюда	
	ясли	сад
<i>Завтрак</i>		
<i>Каша пшеничная молочная</i>	150	180
<i>Бутерброд с маслом и сыром</i>	45	55
<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180	180
<i>Второй завтрак</i>		
<i>Фрукты</i>	180	200
<i>Обед</i>		
<i>Суп картофельный с фасолью на курином бульоне</i>	150	180
<i>Плов из куриного мяса</i>	160	200
<i>Икра морковная</i>	30	50
<i>Компот из с/фр</i>	150	180
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	50
<i>Хлеб ржаной</i>	30	40
<i>Полдник</i>		
<i>Кефир</i>	150	180
<i>Ужин</i>		
<i>Печенье</i>	25	30
<i>Котлеты рыбные в томатном соусе</i>	50	70
<i>Овощное рагу</i>	110	130
<i>Чай с сахаром</i>	180	180

Рекомендации: Блюда из свежих овощей



Меню на 5 день

Наименование блюда	Выход блюда	
	ясли	сад
Завтрак		
Каша пшеничная на молоке	150	180
Бутерброд с маслом	35	45
Какао с молоком	180	180
Второй завтрак		
Сок	200	200
Обед		
Щи из свежей капусты на м/к бульоне	150	180
Жаркое по домашнему	160	200
Сельдь с репчатым луком	30	50
Компот из с/фр	150	180
Хлеб пшеничный	40	50
Хлеб ржаной	30	40
Полдник		
Снежок	150	180
Ужин		
Печенье	25	30
Запеканка творожная со сгущенным молоком	180	200
Чай с сахаром	180	180

Рекомендации: Блюда из рыбы



Меню на 6 день

Наименование блюда	Выход блюда	
	ясли	сад
Завтрак		
Каша пшеничная молочная	150	180
Бутерброд с повидлом	35	45
Какао с молоком	180	180
Второй завтрак		
Фрукт	180	200
Обед		
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	150	180
Рис с овощами и куриным мясом	160	200
Зеленый горошек консервированный	30	50
Компот из с/фр	150	180
Хлеб пшеничный	40	50
Хлеб ржаной	30	40
Полдник		
Ряженка	150	180
Ужин		
Булочка домашняя	40	60
Омлет натуральный	180	200
Чай с сахаром	180	180

Рекомендации: Блюда из рыбы



Утверждаю
Заведующий МДОУ
"Детский сад № 91
"Одуванчик"
Т.А. Коркина

Меню на 7 день

Наименование блюда	Выход блюда	
	ясли	сад
Завтрак		
Каша овсяная "Геркулес"	150	180
Бутерброд с маслом и сыром	45	55
Кофейный напиток с молоком	180	180
Второй завтрак		
Сок	200	200
Обед		
Борщ из свежей капусты на м/к бульоне	150	180
Зразы из говядины с капустой и яйцом	160	200
Салат из свежей капусты со свеклой	30	50
Компот из с/фр	150	180
Хлеб пшеничный	40	50
Хлеб ржаной	30	40
Полдник		
Снежок	150	180
Ужин		
Мармелад	25	30
Рыба по-польски	160	200
Чай с сахаром	180	180

Рекомендации: Блюда из свежих овощей



Меню на 8 день

Наименование блюда	Выход блюда	
	ясли	сад
<i>Завтрак</i>		
Каша молочная "Дружба"	150	180
Бутерброд с маслом	35	45
Кофейный напиток с молоком	180	180
<i>Второй завтрак</i>		
Фрукты	180	200
<i>Обед</i>		
Суп "Харчо" на м/к бульооне	150	180
Гуляш из мяса говядины	50	70
Гречка отварная	110	130
Салат из свежей капусты	30	50
Компот из с/фр	150	180
Хлеб пшеничный	40	50
Хлеб ржаной	30	40
<i>Полдник</i>		
Снежок	150	180
<i>Ужин</i>		
Ватрушка с творогом	40	60
Макаронные изделия отварные с сахаром	180	200
Чай с сахаром	180	180

Рекомендации: Блюда из рыбы



Утверждаю
Заведующий МДОУ
"Детский сад № 91
"Одуванчик"
Т.А. Коркина

Меню на 9 день

Наименование блюда	Выход блюда	
	ясли	сад
<i>Завтрак</i>		
<i>Каша пшеничная молочная</i>	150	180
<i>Бутерброд с маслом и сыром</i>	45	55
<i>Какао с молоком</i>	180	180
<i>Второй завтрак</i>		
<i>Сок</i>	200	200
<i>Обед</i>		
<i>Суп с зеленым горошком на курином бульоне</i>	150	180
<i>Овощное рагу с куриным мясом</i>	160	200
<i>Свекла кусочками</i>	30	50
<i>Компот из с/фр</i>	150	180
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	50
<i>Хлеб ржаной</i>	30	40
<i>Полдник</i>		
<i>Снежок</i>	150	180
<i>Ужин</i>		
<i>Зефир</i>	25	30
<i>Биточки рыбные в томатном соусе</i>	50	70
<i>Картофельное пюре</i>	110	130
<i>Чай с сахаром</i>	180	180

Рекомендации: Блюда из свежих овощей



Утверждаю
Заведующий МДОУ
"Детский сад № 91
"Одуванчик"
Т.А. Коркина

Меню на 10 день

Наименование блюда	Выход блюда	
	ясли	сад
<i>Завтрак</i>		
<i>Каша манная вязкая на молоке</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
<i>Бутерброд с маслом</i>	<i>35</i>	<i>45</i>
<i>Кофейный напиток с молоком</i>	<i>180</i>	<i>180</i>
<i>Второй завтрак</i>		
<i>Фрукты</i>	<i>180</i>	<i>200</i>
<i>Обед</i>		
<i>Суп "Рассольник" на м/к бульоне</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
<i>Суфле из мяса говядины</i>	<i>160</i>	<i>200</i>
<i>Салат из свежей капусты</i>	<i>30</i>	<i>50</i>
<i>Компот из с/фр</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>40</i>	<i>50</i>
<i>Хлеб ржаной</i>	<i>30</i>	<i>40</i>
<i>Полдник</i>		
<i>Кефир</i>	<i>150</i>	<i>180</i>
<i>Ужин</i>		
<i>Вафли</i>	<i>25</i>	<i>30</i>
<i>Пуддинг творожный со сгущенным молоком</i>	<i>180</i>	<i>200</i>
<i>Чай с сахаром</i>	<i>180</i>	<i>180</i>

Рекомендации: Блюда из рыбы