

Десятидневное меню

По МБДОУ «Детский сад «Чулпан» села В.Стярле Азнакаевского муниципального района РТ на 2022г.

Дни недели	завтрак	объем порций 3-7	Вт.завтрак	обед	объем порций 3-7	полдник	объем порций	ужин	объем порций
1	Каша молочная пшеничная Хлеб пшеничный Чай с сахаром	200 30 200	Фрукт. Десерт 120	Салат из капусты Суп гороховый на к/б Картофель тушеный с курицей Компот из с/ф или свежих фруктов Хлеб ржаной	50 250 200 200 40	Молоко сдобная Булочка	15 0 60	Каша гречневая рассыпчатая Рыбные тефтели Чай с сахаром Хлеб пшеничный	150 60 200 30
2	Каша молочная геркулесовая с маслом Хлеб пшеничный Кофейный напиток	200 30 200	Фрукт. Десерт 120	Салат из свеклы Суп вермишелевый на м/б Котлета куриная Картофельное пюре Компот из с/ф или свежих фруктов Хлеб ржаной	50 250 70 150 200 30	Сок печенье	15 0 30	Творожно-рисовая запеканка с молочным соусом Чай с сахаром Хлеб пшеничный	150 30 200 30
3	Каша молочная пшеничная Батон с маслом и сыром Чай сладкий	200 30 10 200	Сок	Винегрет Суп с клецками на к/б Тушеная капуста Суфле куриное Компот из с/ф или свежих фруктов Хлеб ржаной	50 250 150 70 200 30	Кефир пряник	15 0 30	Вакбляш Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	120 200 30
4	Каша молочная гречневая Хлеб пшеничный Чай с сахаром	200 30 200	Фрукт. Десерт 120	Салат витаминный Свекольник к/б со сметаной Макароны отварные с маслом гуляш из кур Компот из с/ф Хлеб ржаной	50 250 150 70 200 30	Кисель печенье	20 0 30	Картофельное пюре Рыба тушеная рыба с овощами Чай с сахаром Хлеб пшеничный	150 60/30 200 30
5	Каша молочная манная батон с маслом и сыром напиток из шиповника	200 30/ 10/ 10 200	Сок 150	Салат из свеклы Суп сборный на к/б Гороховое пюре Тефтели говяжьи Компот из с/ф Хлеб ржаной	60 250 200 30	Молоко печенье	15 0 40	Суп молочный рисовый Чай с сахаром Хлеб пшеничный	200 200 30

6	Макароны отварные с тертым сыром Хлеб пшеничный Кофейный напиток с молоком	150 \10 30 200	Сок 150	Салат из моркови Суп вермишелевый на к/б солянка с мясом кур ⁹ овощное рагу с мясом кур) Компот из с/ф Хлеб ржаной	50 250 200 200 40	Кисел ь пряни к	20 0 40	Творожно-рисовая запеканка с молочным соусом чай с сахаром Хлеб пшеничный	150 /30 200 30
7	Каша ячневая молочная батон Чай с сахаром	200 50 200	Фру кт. Десе рт 120	Салат витаминный Суп гречневый на к/б Ленивые голубцы с курицей Компот из с/ф .Хлеб ржаной	50 250 200 200 30	Сок	15 0	Картофель отварной Шницель рыбный Чай с сахаром Хлеб пшеничный	150 60 200 30
8	Каша молочная манная Чай с сахаром Батон с маслом и сыром	200 200 30\ 10\ 10	Фру кт. Десе рт 120	Салат овощной Щи из свежей капусты на м/б со сметаной Картофельное пюре котлета куриная Компот из с/ф \ хлеб ржаной	50 250 150 80 200 40	Кисел ь Булоч ка домаш няя	15 0 30	Макароны отварные с маслом сосиски Чай с сахаром Хлеб пшеничный	150\ 50 200 30
9	Каша молочная « День и ночь» Хлеб пшеничный Какао с молоком	200 30 200	Сок 150	Салат из капусты Суп картофельный с домашней лапшой на м/б Рагу из овощей Котлета мясная Компот из с/ф Хлеб ржаной	50 250 70 150 70 200 30	Молок о печен ье	15 0 30	запеканка из творога с морковью Чай с сахаром Хлеб пшеничный	150\ 30 200 30
10	Каша молочная геркулесовая батон с маслом и сыром Чай с сахаром	200 30 200	Сок 150	Салат из моркови Борщ со сметаной на к/б Плов из говядины Компот из с/ф Хлеб ржаной	50 250 200 150 30	Кисел ь пряни к	20 0 30	Вермишель молочная Чай с сахаром Хлеб пшеничный	200 200 20