

МБДОУ «Дусаевский детский сад»

«Утверждаю» Заведующий

А.М.Зиганшина

МЕНЮ на 10 дней



день 1 день	наименование блюд	ВЫХОД
завтрак	каша вязкая пшеничная с маслом	200
	кофейный напиток с молоком	200
	Бутерброд с маслом и сыром	40/5/6
2 завтрак	сок	100
обед	салат морковный	60
	суп вермишелевый на мк/б	200
	капуста тушеная с мясом	200
	компот из св фруктов	200
	хлеб ржаной	50
полдник	Молоко кип.	100
	Суфле из рыбы	70
	хлеб пшеничный	40
	чай сл с молоком	100
	фрукты	100
	кондитерское	20

2 день	наименование блюд	ВЫХОД
завтрак	каша манная с маслом	200/5
	какао с молоком	200
	Булка с маслом и сыром	40/5/6
2 завтрак	Сок натуральный	100
Обед	Салат из зеленого горошка	60
	Борщ на мк/б	200
	мясные котлеты	70
	гречневая каша отв с маслом	150
	соус томатный	15
	компот из с/фр	150
	хлеб	80
полдник	кефир не жирный	100
	пироги печеные с капустой и яйцом	120
	чай с молоком	200
	фрукты	100

день	наименование блюд	выход
3 день	суп молочный вермишелевый кофейный напиток с молоком Хлеб с маслом и сыром	200/5 200 40/5/6
2 завтрак	Сок натуральный	100
Обед	салат из свеклы суп картофельный с мясными фрикадельками рыбные котлеты перловая каша с маслом соус томатный компот из с/ф хлеб пшеничный хлеб ржаной	60 200 70 130 35 200 50 20
полдник	Молоко пудинг из творога с рисом смет соусом кисель из плодов ягодного конц. Фрукты кондитерское	100 120 200 100 10

день	наименование блюд	выход
4 день	каша вязкая геркулесовая с маслом какао с молоком Бутерброд с маслом и сыром	200 200 40/5/6
2 завтрак	сок	100
Обед	винегрет щи из свежей капусты на мк/б плов из говядины компот из св яблок хлеб пшеничный хлеб ржаной	60 200 200 200 20 50
полдник	кефир не жирный ватрушка с повидлой чай с молоком фрукты	100 80 200 100

день	наименование блюд	выход
5 день завтрак	каша дружба вязкая с маслом кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом и сыром	200/5 200 40/5/6
2 завтрак	сок	100
обед	Салат морковный. Суп гороховой на кур/б жаркое по –домашнему компот из сухофруктов хлеб ржаной	60 200 200 200 50
полдник	Молоко Лакомка твор.со сгущ.мол. Чай сладкий с молоком Фрукты кондитерское	100 120 40 200 100

день	наименование блюд	выход
6 день завтрак	каша вязкая пшеничная с маслом	200
	какао напиток с молоком	200
	Бутерброд с маслом и сыром	40/5/6
2 завтрак	сок	100
обед	салат из каусты	60
	Свекольник на кур бульоне со смет	200
	гуляш из говядины	60
	макаронны отварные с вар яйцом	130
	компот из с/ф	200
	хлеб ржаной	50
полдник	Молоко кип.	100
	Рыба запеченный в омлете	110
	хлеб пшеничный	40
	чай с молоком	200
	фрукты	100
	кондитер.изделие	10

день	наименование блюд	выход
7 день завтрак	каша гречневая молочная с маслом	200/5
	кофейный напиток с молоком	200
	Бутерброд с маслом и сыром	40/5/6
2 завтрак	сок	100
обед	салат из моркови	60
	Рассольник на мк/б со смет.	200
	Суфле из мясо птицы	70
	Гороховое пюре	140
	Соус томатный	35
	компот из св.яблок	200
	хлеб пшеничный	20
	хлеб ржаной	50
	уплотненный	Кефир
полдник	пироги с мясом с луком	80
	чай сладкий с молоком	200
	фрукты	100

день	наименование блюд	выход
8 день завтрак	каша вязкая рисовая с маслом	200
	какао напиток с молоком	200
	Бутерброд с маслом и сыром	40/5/6
2 завтрак	сок	100
обед	салат из зеленого горошка	60
	суп домашняя лапша на кур/б	200
	овощное рагу с мясом	200
	компот из с/ф	200
	хлеб ржаной	50
полдник	Молоко кип.	100
	пудинг из творога с яблоками	120
	хлеб пшен.	40
	чай сладкий с молоком	200

	фрукты	100
	кондитерское	10

день	наименование блюд	выход
9 день завтрак	каша вязкая ячневая с маслом	200/5
	кофейный напиток с молоком	200
	Бутерброд с маслом и сыром	40/5/6
2 завтрак	сок	100
обед	салат из моркови	60
	суп картофельный с рыбными фрикадельками	200
	ленивые голубцы	200
	компот из сухофруктов	200
	Хлеб пшеничный	20
	хлеб ржаной	50
полдник	Кефир	100
	Булочки сдобные	80
	чай с молоком	200
	яйцо отварные	1
	фрукты	100

день	наименование блюд	выход
10 день завтрак	каша дружба вязкая с маслом	200/5
	какао с молоком	200
	Бутерброд с маслом и сыром	40/5/6
2 завтрак	сок	100
обед	салат из свеклы	60
	Щи из свежей капусты на м/б	200
	мясные котлеты	70
	картофельное пюре	130
	соус томатный	35
	компот из сухофруктов	200
	хлеб ржаной	50
полдник	Молоко кип.	100
	Вареники ленивые	150
	хлеб пшеничный	40
	чай сл с лимоном	200
	фрукты	100
	кондитерское.	10