

Утверждаю
Заведующий
МАДОУ "Детский сад №4
"Росинка"
Е.И.Натарова



МЕНЮ

Сад 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
ОЛАДЬИ С ТВОРОГОМ 125	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА 180/5	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ 155/5	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 180/5	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 180/5	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 180/5	КАША РИСОВАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ 180/5	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 180
КАКАО С МОЛОКОМ 200	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 25/5/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО- ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ЧАЙ С САХАРОМ 200/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
				ЧАЙ С САХАРОМ 200		КИСЕЛЬ 200			
II Завтрак									
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	АПЕЛЬСИНЫ 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	БАНАН 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 100	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200
Обед									
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 60	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С ЯБЛОКАМИ 60	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 60	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ МОРКОВИ 60	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА 60	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКОЛКА 60	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАН НОГО 40	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 60
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 200	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 200	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ 200	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ 200	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 200	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ НА М/К (КУРИНОМ) БУЛЬОНЕ 180/10	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ 250	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ 200

ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 130	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ 75	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 110	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ 60/50	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРАМИ 130	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 70	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 150	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 130	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ 90/40	КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ) 60
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130/5	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С 180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150/5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С 180
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20
	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20		ХЛЕБ РЖАНОЙ 20		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
Полдник									
РЯЖЕНКА 180	КЕФИР 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КЕФИР 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	РЯЖЕНКА 200	КИСЕЛЬ 200
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 70	ПЕЧЕНЬЕ 50	ВАТРУШКИ ИЗ ТВОРОГА 50	ВАФЛИ 50	ПРЯНИКИ 50	ПЕЧЕНЬЕ 50	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 70	ПРЯНИКИ 50	ПЕЧЕНЬЕ 50	ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ 60
Ужин									
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 130	ПУДИНГ МАННЫЙ С ПОВИДЛОМ 170/30	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 200/5	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 200	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ 155/20	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ 70	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 200/5	КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ" 180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ЧАЙ С САХАРОМ 200/15	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15
ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50
						СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	КАКАО С МОЛОКОМ 200		