УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «Детский сад №187»
Г.Ф. Юсупова
«____» _____2022 год

МЕНЮ
ЯСЛИ 10,5 ЧАСОВ

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом 150/5	Каша дружба молочная с маслом 150/5	Каша геркулесовая молочная с маслом 150/5	Каша пшенная молочная с маслом 150/5	Каша полбяная молочная с маслом 150/5	Каша геркулесовая молочная с маслом 150/5	Каша манная молочная с маслом 150/5	Каша пшенная молочная с маслом 150/5	Суп молочный вермишелевый 150	Каша рисовая молочная с маслом 150/5
Чай с сахаром 160/4	Какао напиток с молоком 160	Чай с молоком и сахаром 160/4	Кофейный напиток с молоком 165/7	Какао напиток с молоком 160	Чай с молоком и сахаром 160/4	Кофейный напиток с молоком 165/7	Какао напиток с молоком 160	Чай с сахаром 160/4	Кофейный напиток с молоком 165/7
Бутерброд с маслом сливочным 25/5	Бутерброд с маслом, сыром 25/3/5	Бутерброд с маслом 25/5	Бутерброд с маслом, сыром 25/3/5	Бутерброд с маслом сливочным 25/5	Бутерброд с маслом 25/3/5	Бутерброд с маслом 25/5	Бутерброд с маслом, сыром 25/3/5	Бутерброд с маслом 25/5	Бутерброд с маслом, сыром 25/3/5
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
Сок фруктовый 125	Фрукты 100	Сок фруктовый 125	Груша 100	Сок фруктовый 125	Яблоко 100	Сок фруктовый 125	Фрукты 100	Сок фруктовый 125	Яблоко 100
ОБЕД									
Салат из свеклы 30	Салат из свежей капусты 30	Огурцы соленые 30	Салат пестрый 30	Салат из моркови 30	Салат из свежей капусты с яблоками 30	Огурцы соленые 30	Салат из свеклы 30	Салат витаминный 30	Салат из моркови 30
Щи с курицей и сметаной 150/10/5	Суп картофельный с клецками и мясными фрикадельками 150/15	Свекольник со сметаной 150/5	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной 150/10/5	Суп вермишелевый с картофелем и мясными фрикадельками 150/10	Суп картофельный с горохом и мясными фрикадельками, гренками 150/10/10	Борщ с мясными фрикадельками со сметаной 150/10/5	Суп крестьянский с курицей и сметаной 150/10/5	Щи на мясном бульоне со сметаной 150/5	Суп-лапша домашняя с курицей 150/10
Котлеты, рубленные из говядины 50	Биточки, рубленные из рыбы 50	Гуляш из индейки 40/40	Макаронник с мясом 130/2	Плов из курицы 130	Биточки куриные «Солнышко» 50	Биточки из рыбы 50	Запеканка картофельная с мясом 130/15	Плов из отварной говядины 130	Котлеты аппетитные 50
Макароны отварные 110	Пюре картофельное 110	Каша гречневая 110/2,5	Компот из сухофруктов 150	Компот из свежих яблок 150	Макароны отварные 110	Рис отварной 110	Компот из сухофруктов 150	Хлеб сельский 30	Каша перловая с овощами 110/3
Хлеб сельский 30	Хлеб сельский 30	Хлеб сельский 30	Хлеб сельский 30	Хлеб сельский 30	Хлеб сельский 30	Напиток апельсиновый 150	Хлеб сельский 30	Компот из свежих яблок 150	Хлеб сельский 30
Компот из свежих яблок 150	Кисель 150	Напиток апельсиновый 150			Кисель 150	Хлеб сельский 30			Напиток апельсиновый 150
ПОЛДНИК									
Катык 110	Молоко кипяченое 110	Ряженка 150	Молоко кипяченое 110	Кефир 110	Ряженка 110	Молоко кипяченое 110	Ряженка 110	Молоко кипяченое 110	Ряженка 110
Пицца с сыром 50	Крекер 10	Вак-бэлиш 50	Печенье 10	Печенье 20	Плюшка новомосковская 50	Крекер 10	Шафран с яблоками 40	Печенье 10	Печенье 20
Рагу с курицей 120/30	Салат из моркови 30	Рагу из овощей 110	Салат из моркови с яблоками 30	Омлет натуральный 130	Рагу с индейкой 30/100	Салат из моркови с яблоками 30	Гречка с фаршем и овощами 130	Салат из моркови 30	Омлет натуральный 130
Хлеб пшеничный 20	Ряженка 110	Хлеб пшеничный 20	Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным 130	Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 20	Запеканка творожная со сгущенкой 130/10	Хлеб пшеничный 20	Запеканка из творога с крошкой 130	Хлеб пшеничный 20
Чай фруктовый 150/6	Суфле из творога с молоком сгущенным 130/10	Чай с сахаром 160/4	Хлеб пшеничный 20	Чай с сахаром 160/4	Чай фруктовый 150/6	Чай с сахаром, лимоном 150/4/4	Чай с сахаром 150/4	Хлеб пшеничный 20	Чай с сахаром 150/4
	Хлеб пшеничный 20		Напиток шиповника 150/4			Хлеб пшеничный 20		Напиток шиповника 150/4	
	Чай с сахаром, лимоном 150/4/4								