

**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА  
С 12-ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ В ДЕТСКОМ САДУ (с 1,6 до 7 лет)**

Заведующий МБДОУ ДС № 413  
\_\_\_\_\_ Л.А. Бушуева  
01.08.2022г

**Первая неделя**

350-400	понедельник 1	выход	вторник 2	выход	среда 3	выход	четверг 4	выход	пятница 5	выход
З А В Т Р А К  10ч 100	Каша пшеничная молочная	150/3-170/4	Каша рисовая молочная	150/3-170/4	Каша манная молочная	150/3-170/4	Суп молочный	150/3-170/4	Каша геркулесовая	150/3-170/4
	Кофейный напиток с молоком	160/180	Чай с молоком	160/180	Кофейный напиток с молоком	160/180	Какао с молоком	160/180	Кофейный напиток с молоком	160/180
	Батон нарезной с маслом и сыром	25/5/7-30/6/10	Батон нарезной с маслом	32/5-40/6	Батон нарезной с маслом и сыром	25/5/7-30/6/10	Батон нарезной с маслом	32/5-40/6	Батон нарезной с повидлом	30/7-40/6
	Сок	125/125	Напиток из шиповника	100-100	Сок	125/125	Напиток из шиповника	100-100	Сок	125/125
450  О Б Е Д  600	Салат из горошка зеленого. Салат из кукурузы.	40/40	Салат Пикантный	40/40	Салат витаминный. Салат из свеклы с чесноком	40/40	Салат из свежих огурцов. Салат из горошка зеленого..	40/40	Винегрет овощной (огурец соленый порционный)	40/40
	Суп картофельный с клецками	150/200	Борщ со сметаной	150/10-200/10	Рассольник Ленинградский (с перловкой) со сметаной	150/10-200/10	Щи из квашенной капусты со сметаной	150/10-200/10	Суп картофельный с бобовыми	150/200
	Суфле куриное	50/70	Азу по-татарски (со свининой)	120/150	Котлеты из куриной грудки	50/60	Плов из отварной свинины	120/150	Котлеты из свинины	50/60
	Капуста тушеная	80/90			Картофельное пюре	70/90			Рагу из овощей	80/100
	Кисель из замороженных ягод	100/150	Компот из лимонов	100/150	Компот из смеси сухофруктов	100/150	Компот из замороженных ягод	100/150	Компот из смеси сухофруктов	100/150
	Хлеб ржаной	30/50	Хлеб ржаной	30/50	Хлеб ржаной	30/50	Хлеб ржаной	30/50	Хлеб ржаной	30/50
П О Л Д Н И К 200-250	Кисломолочные продукты	170/200	Кисломолочные продукты	140/180	Кисломолочные продукты	170/200	Кисломолочные продукты	140/180	Кисломолочные продукты	170/200
	Кондитерские изделия	30/50	Булочка Домашняя	60/70	Кондитерские изделия	30/50	Булочка Российская	60/70	Кондитерские изделия	30/50
ужин 400-450	Котлеты рыбные Картофель отварной  Чай с сахаром Батон нарезной	70/80 125/5-145/5 160/180 40/40	Запеканка из творога со сгущенным молоком Чай с сахаром Фрукты	130/10-150/10 160/180 100/110	Суфле рыбное Макаронные отварные Чай с сахаром Батон нарезной Фрукты	50/70 70/80 150/170 30/30 100/100	Картофель, запеченный с яйцом Чай с сахаром Фрукты Батон нарезной	110/130 160/180 100/110 30/40	Лапшевник с творогом Чай с сахаром Фрукты	140/160 160/180 100/100

**Вторая неделя**

350-400	понедельник 6	выход	вторник 7	выход	среда 8	выход	четверг 9	выход	пятница 10	выход
З А В Т Р А К  10ч. 100	Каша манная молочная	150/3-170/4	Каша пшеничная молочная	150/3-170/4	Каша геркулесовая	150/3-170/4	Каша рисовая молочная	150/3-170/4	Суп молочный Омлет натуральный паровой	150/3-170/4
	Кофейный напиток с молоком	160/180	Какао с молоком	160/180	Чай с молоком	180	Кофейный напиток с молоком	160/180	Кофейный напиток с молоком	160/180
	Батон нарезной с маслом	32/5-40/6	Батон нарезной с маслом сыром	25/5/7-30/6/10	Батон нарезной с маслом	32/5-40/6	Батон нарезной с повидлом	30/7-40/6	Батон нарезной с маслом и сыром	25/5/7-30/6/10
	Сок	125/125	Напиток из шиповника	100/100	Сок	125/125	Напиток из шиповника	100/100	Сок	125/125
450-600  О Б Е Д	Салат из кукурузы. Салат из горошка зеленого. Салат из свежих огурцов	40/40	Салат Пикантный. Салат из свеклы.	40/40	Салат из свежих огурцов. Салат из горошка зеленого. Салат из кукурузы.	40/40	Огурец соленый порционный. Салат из свеклы с чесноком	40/40	Салат из свежей капусты. Салат из кукурузы. Салат из зеленого горошка.	40/40
	Борщ Сибирский	150/10-200/10	Суп с макаронными изделиями	150/200	Рассольник Домашний (с капустой) и сметаной	150/10-200/10	Щи со сметаной	150/10-200/10	Свекольник со сметаной	150/10-200/10
	Голубцы ленивые	60/80	Котлета из свинины	50/60	Плов из куриной грудки	120/150	Курица в соусе	50/70	Гуляш из свинины	60/70
	Картофельное пюре	60/70	Капуста тушеная	80/100			Каша гречневая рассыпчатая	70/80	Макароны отварные	60/80
	Кисель из замороженных ягод	100/150	Компот из лимона	100/150	Компот из смеси сухофруктов	100/150	Компот из замороженных ягод	100/150	Компот из смеси сухофруктов	100/150
	Хлеб ржаной	30/50	Хлеб ржаной	30/50	Хлеб ржаной	30/50	Хлеб ржаной	30/50	Хлеб ржаной	30/50
П О Л Д Н И К  200-250	Кисломолочные продукты	170/200	Кисломолочные продукты	150/180	Кисломолочные продукты	140/180	Кисломолочные продукты	140/180	Кисломолочные продукты	170/200
	Кондитерские изделия	30/50	Манник со сгущенным молоком	50/70	Булочка Ванильная	60/70	Булочка Дорожная	60/70	Кондитерские изделия	30/50
У Ж И Н  400-450	Пудинг из творога со сгущенным молоком	130/10-150/10	Котлеты рыбные Картофель отварной	60/70 135/5-155/5	Запеканка из творога с сгущенным молоком	130/10-150/10	Омлет натуральный паровой	120/150	Биточки рыбные в томатном соусе Тушеная морковь Батон нарезной	50/70 60/70 30/30
	фрукты	100/110			Фрукты	100/100	Фрукты	100/100	Фрукты	100/100
	Чай с сахаром	160/180	Чай с сахаром Батон нарезной	160/180 40/40	Чай с сахаром	160/180	Чай с сахаром Батон нарезной	160/180 20/20	Чай с сахаром	160/180