

МЕНЮ

Сад 12 часов

Утверждено:
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 10»
Е.Ю. Смирнова

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ 180	КАША РЫСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 180	КРУПЕНИК ТВОРОЖНО-РЫСОВЫЙ СО СМЕТАНОЙ 170	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННО И) 50 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 140	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» 180	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 160 ЯЙЦО ½ / СЫР ПОРЦИОННЫЙ 40	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗАЯ 180	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗАЯ 180	КАША МАННАЯ ВЯЗАЯ 180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ В МОЛОКЕ 180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 МАСЛО СЛИВ. 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 МАСЛО СЛИВ. 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 МАСЛО СЛИВ. 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 МАСЛО СЛИВ. 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 МАСЛО СЛИВ. 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 МАСЛО СЛИВ. 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 МАСЛО СЛИВ. 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 МАСЛО СЛИВ. 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 МАСЛО СЛИВ. 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 МАСЛО СЛИВ. 10
КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 190	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 190	КАКАО С МОЛОКОМ 190	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180
П Завтрак									
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 110	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 110	ГРУША 110	ЯБЛОКО 110	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 110	СОК ПЕРСИКОВЫЙ 110	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 110	ГРУША 110	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 110	МАНДАРИН 110
Обед									
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР СВЕЖИХ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР 50	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАНН ОГО 50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 50
БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ 180	БОРЩ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 180	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВАДИНОЙ 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВАДИНОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ 180	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВАДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 180/15/10	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	СВЕКОЛЬНИК С ГОВАДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 180	СУП ОВОЩНОЙ С ГОВАДИНОЙ 180
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 120	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С ГОВАДИНОЙ 180	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	ШУКРУТ С КУРИЦЕЙ 180	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ 180	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ 130	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	РЫС ОТВАРНОЙ 130
ТУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ 70		БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ 70		РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ 75			КОТЛЕТА ИЗ ГОВАДИНЫ 70	КОТЛЕТА РЫБНАЯ 70	ТУЛЯШ ИЗ МЯСА ОТВАРНОГО 70
КОМПОТ ИЗ СУПЕНЫХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СУПЕНЫХ ФРУКТОВ 180	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 160	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 160	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С КУРАГОЙ 180	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 180	НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ 180	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 180	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ С ЯБЛОКОМ 180	КОМПОТ ИЗ СУПЕНЫХ ФРУКТОВ 180
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 55	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60
Полдник									
ПИРОГ ПЕЧЕННЫЙ С ЯЙЦОМ 70	БАНАН 100 ВАФЛИ 40	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 70	СЛОБОА С САХАРОМ 70	АПЕЛЬСИН 100 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ 65	ПИРОГ ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ 70	ЯБЛОКО 100 ПРЯНИКИ 50	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 70	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 70	ПЕЧЕНЬЕ 50
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	РЯЖЕНКА 170	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	РЯЖЕНКА 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200
Ужин									
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ СВЕЖЕЙ 50		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 50	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	СЫР ПОРЦИОННЫЙ 40	САЛАТ ИЗ МОРЕКОВИ 50	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ 180	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННО ТО 50	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МОРЕКОВЬЮ С МАСЛОМ СЛ. 180
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 180	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА 180	РАТУ ОВОЩНОЕ 175	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 180	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 180	ПОРЕ ГОРОХОВОЕ 180	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ВАРЕНЬЕМ 170	ПЕЧЕНЬЕ 40	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД ОМЛЕТОМ 180	СЫР ПОРЦИОННЫЙ 40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 55	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 55	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 55	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 55	ПЕЧЕНЬЕ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 55	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 55	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200

МЕНЮ

Ясли 12 часов

Утверждено:
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 10»
Е.Ю. Смирнова

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАКА 160	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 160	КРУПЕНИК ТВОРОЖНО- РИСОВЫЙ СО СМЕТАНОЙ 160	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАН НОВ) 40 ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 120	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» 160	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 140 ЯЙЦО ½ / СЫР ПОРЦИОННЫЙ 40	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗАКА 160	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗАКА 160	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ В МОЛОКЕ 160	КАША МАННАЯ ВЯЗАКА 160
ХЛЕБ пшеничный 25 МАСЛО слив. 5	ХЛЕБ пшеничный 25 МАСЛО слив. 5	ХЛЕБ пшеничный 25 МАСЛО слив. 5	ХЛЕБ пшеничный 25 МАСЛО слив. 5	ХЛЕБ пшеничный 25 МАСЛО слив. 5	ХЛЕБ пшеничный 25 МАСЛО слив. 5	ХЛЕБ пшеничный 25 МАСЛО слив. 5	ХЛЕБ пшеничный 25 МАСЛО слив. 5	ХЛЕБ пшеничный 25 МАСЛО слив. 5	ХЛЕБ пшеничный 25 МАСЛО слив. 5
КАКАО С МОЛОКОМ 160	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 160	КАКАО С МОЛОКОМ 160	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 160	КАКАО С МОЛОКОМ 160	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 160	КАКАО С МОЛОКОМ 160	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 160	КАКАО С МОЛОКОМ 160	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 160

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	ГРУША СВЕЖАЯ 100	ЯБЛОКО 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 110	СОК ПЕРСИКОВЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	ГРУША 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	МАНДАРИН 100
---------------------	---------------------	---------------------	---------------	---------------------	-----------------------	---------------------	--------------	---------------------	-----------------

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР СВЕЖИХ 40	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 40	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАНН ОГО 40	ИГРА КАБАЧКОВАЯ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 40
БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ 160	БОРЩ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 160	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ 160	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВЯДИНОЙ 160	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ 160	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ 160	РАССОЛЬНИК ЛЕНТЯТ РАДСКИ Й С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 160/10/5	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 160	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 160	СУП ОВОЩНОЙ С ГОВЯДИНОЙ 160
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 110	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 160	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С ГОВЯДИНОЙ 160	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	ШУКРУТ С КУРИЦЕЙ 160	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ 160	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ 110	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	РЫС ОТВАРНОЙ 120
ТУШЕН. ИЗ КУРИЦЫ 60	КОМПОТ ИЗ ФРУКТОВ 160	БЕФШТЕГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ 60	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ 70	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С КУРАГОЙ 160	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ 160	НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ 160	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ 60	КОТЛЕТА РЫБНАЯ 60	ТУШЕН. ИЗ МЯСА ОТВАРНОГО 60
КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ 160	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С КУРАГОЙ 160	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ 160	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 160	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 160	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ С ЯБЛОКОМ 160	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ 160
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50

Полдник

ПИРОГ ПЕЧЕНЬИЙ С ЯЙЦОМ 60	БАНАН 70 ВАФЛИ 30	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 60	СЛОБЯ С САХАРОМ 60	АПЕЛЬСИН 100 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ 50	ПИРОГ ПЕЧЕНЬИЙ С КАРТОФЕЛЕМ 60	ЯБЛОКО 80 ПРЯНИКИ 40	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 65	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 60	ПЕЧЕНЬЕ 40
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	РЯЖЕНКА 150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 170	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	РЯЖЕНКА 160	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 170	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 170

Ужин

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ СВЕЖЕЙ 45	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА 160	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ 40	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	СЫР ПОРЦИОННЫЙ 30	САЛАТ ИЗ МОРОКОВИ 40	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛИ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ 160	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННО ГО 40	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МОРОКОВО С МАСЛОМ СЛ. 160
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 160	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 35	РАТУ ОВОЩНОЕ 160	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 160	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 160	ПОРЕ ГОРОХОВОЕ 160	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ВАРЕНЬЕМ 160	ПЕЧЕНЬЕ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50
ХЛЕБ пшеничный 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	ПЕЧЕНЬЕ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 55
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 160	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 160	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 160	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 160	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180