

Примерное двадцатидневное меню для категории: детсад.  
МБДОУ № 9 Весна-лето

УТВЕРЖДАЮ



Понедельник	Вых.	Цена	Вторник	Вых.	Цена	Среда	Вых.	Цена	Четверг	Вых.	Цена	Пятница	Вых.
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>	
Какао с молоком (1 вар)	200/6	77.1	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200/5	3.04	Корфейный напиток с молоком	180	0.9	Какао с молоком (1 вар)	200/6	33.6	Какао с молоком (1 вар)	200
Каша гречневая с маслом (130/150)*	150	6.36	Корфейный напиток с молоком	180	0.9	Хлеб пшеничный с маслом	40/5	4.72	Батон нарезной с маслом, повидлом	37/7	2.13	Корфейный напиток с молоком	180
Батон с маслом	50/9	5.82	Батон нарезной с повидлом	36/20	3.53	Какао "Геркулес" молочная жидкая	200/5	2.79	10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ	
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>	
Сок фруктовый	100		Ряженка	180	9.16	Напиток из шиповника	150	0.7	Напиток из шиповника	100	0.42	Напиток из шиповника	100
<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>	
Салат из зеленого горошка	30	3.46	Суп гороховый	250	4.47	Сельдь слабосоленая порционная	30	7.86	Салат из свеклы с чесноком	30	0.67	Суп картофельный с клецками	250
Суп крестьянский с крупой со сметаной	250	5.77	Бефстроганов из говядины с соусом сметанным	80	6.1	Борщ с капустой, картофелем со сметаной	250	5.19	Рассольник ленинградский со сметаной	250	6.65	Свекла тушеная в сметанном соусе	100
Быгуз с курицей	200	25.01	Соус сметанный	30	3.2	Пюре гороховое	100	2.59	Картофельное пюре	100/5	79.24	Биточки, котлеты куриные	70
Комлот из сухофруктов (изюм)	180	3.13	Картофельное пюре	100/5	79.24	Комлот из сухофруктов (изюм)	180	3.13	Суфле из рыбы	70	1.72	Комлот из сухофруктов (изюм)	180
Хлеб ржаной	50	1.7	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1.43	Хлеб ржаной	50	1.7	Соус сметанный с томатом	30	6.24	Хлеб ржаной	50
			Хлеб ржаной	50	1.7	Птица в соусе с томатом	70	22.04	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1.43		
			Хлеб ржаной	50	1.7				Хлеб ржаной	50	1.7		
			Кукуруза консервов	30	3.06								
<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>	
Запеканка из творога со сгущ. молоком	150/10	42.04	Плов буржуйский	200	8.86	Рыба, запеченная в салате	150/6	18.3	Рагу овощное	200	7.75	Пирожок с картошкой	70
Чай с сахаром	180	0.71	Омлет сориный порционный	10	1.26	Чай с лимоном	180	2.07	Чай с сахаром	180	0.71	Апельсины	150
Хлеб пшеничный	30	2.19	Чай с молоком (1 вар)	180/5	10.3	Хлеб пшеничный	40	2.91	Хлеб пшеничный	40	2.91	Хлеб пшеничный	20
Банан	150	11.04	Хлеб пшеничный	40	2.91	Салат из свеклы	50	1.03	Булочка "Домашняя" (подпись)	40	3.51	Чай с молоком (1 вар)	180
												Винегрет	60

Понедельник	Вых.	Цена	Вторник	Вых.	Цена	Среда	Вых.	Цена	Четверг	Вых.	Цена	Пятница	Вых.
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>	
Каша кукурузная молочная жидкая	200/5	596.7	Батон с маслом, с сыром	30/5/1	6.3	Какао с молоком (1 вар)	200/6	67.1	Корфейный напиток с молоком	180	0.9	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200/5
Батон с маслом	50/9	5.82	10 ЧАСОВ			Батон нарезной с повидлом	36/20	3.53	Гречка из пшеничного хлеба с сыром	50	11.02	Чай с сахаром	180
Какао с молоком (1 вар)	180/3	237.6	Суп молочный с крупой	200/0	33.6	10 ЧАСОВ			Каша "Дружба"	200	2.97	Батон с маслом, с сыром	30/5/1
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>	
Напиток из шиповника	100	0.42	Суп картофельный с кабачками	250	4.61	Напиток из шиповника	100	0.42	Сок фруктовый	100		Снежок	180
<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>	
Суп картофельный с кабачками	250	4.61	Корфейный напиток с молоком	180	0.9	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1.43	Суп "лапша домашняя"	250	3.49	Суп крестьянский с крупой со сметаной	250
Комлот из сухофруктов (изюм)	180	3.13	Йогурт 3.2%	250	5.4	Хлеб ржаной	50	1.7	Голубцы ленивые	200	11.31	Ежики в томатно-сметанном соусе	70
Хлеб ржаной	50	1.7	Свекольный со сметаной	250	5.4	Суп картофельный с рыбой консерв 2	250	9.76	Комлот из сухофруктов (изюм)	180	3.13	Соус томатный	30
Суфле "Золотая рыбка"	180	21.08	Макаронные изделия отварные	100	2.56	Котлеты из говядины *	70	1.17	Салат из зеленого горошка	50	1.7	Капустя тушеная	100
Салат картофельный с зеленым горошком	60	3.46	Суфле из кур	70	27.31	Каша гречневая с маслом (130/150)*	150	6.36	Хлеб ржаной	50	1.7	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180
			Соус томатный	30	0.61							Хлеб ржаной	50
			Комлот из сухофруктов (изюм)	180	3.13								
			Хлеб ржаной	50	1.7								
<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>	
Суп - пюре из разных овощей с грибами	150	2.33	Салат картофельный с соевыми огурцами	30	1.99	Хлеб пшеничный	40	2.91	Салат картофельный с зеленым горошком	60	3.45	Какао с молоком (1 вар)	200
Салат из свеклы	60	1.03	Хлеб пшеничный	40	2.91	Зразы картофельные с свининой	150/3	33.53	Чай с сахаром	180	0.71	Хлеб пшеничный	40
Чай с сахаром	180	0.71	Хлеб пшеничный	40	2.91	Соус молочный для запеканки	30/0	79.9	Хлеб пшеничный	40	2.91	Запеканка картофельная	150/8
Хлеб пшеничный	40	2.91	Чай с лимоном	180	2.07	Вареники	15	1.58	Хлеб пшеничный	40	2.91	Банан	180
Яблоко свежее	180	14.76	Винегрет	60	9.71	Кукуруза консервов	45	4.56	Ватрушка с творогом	70	9.55		

Понедельник	Вых.	Цена	Вторник	Вых.	Цена	Среда	Вых.	Цена	Четверг	Вых.	Цена	Пятница	Вых.
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>	
Каша гречневая вязкая на молоке	200/5	786.2	Каша ячневая молочная	200/5	394.0	Каша "Дружба"	200	2.97	Какао с молоком (1 вар)	200/6	2.68	Каша рисовая молочная жидкая	200/9
Какао с молоком (1 вар)	200/6	67.1	Корфейный напиток с молоком	180	0.9	Какао с молоком (1 вар)	180/3	237.6	Корфейный напиток с молоком	180	0.9	Какао с молоком (1 вар)	200
Гречка из пшеничного хлеба с сыром	50	11.02	Батон нарезной с повидлом	36/20	3.53	Батон с маслом, с сыром	30/5/1	6.3	Батон с маслом	50/9	5.82	Батон с маслом, с сыром	30/5/1
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>	
Сок фруктовый	100		Снежок	180	8.3	Сок фруктовый	100		Йогурт питьевой	180	0	Напиток из шиповника	180
<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>	
Салат из зеленого горошка	30	3.77	Щи с капустой и картофелем со сметаной	250	5.09	Сельдь слабосоленая порционная	30	7.86	Борщ с капустой, картофелем со сметаной	250	5.19	Суп из овощей со сметаной	250
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4.4	Биточки, котлеты куриные	70	0	Суп "лапша домашняя"	250	3.49	Суфле "Золотая рыбка"	180	21.08	Жаркое по-домашнему	200
Быгуз с курицей	200	25.01	Картофельное пюре	100/5	79.24	Рулет из говядины с яйцом	70	4.89	Суфле "Золотая рыбка"	180	21.08	Комлот из сухофруктов (изюм)	180
Комлот из сухофруктов (изюм)	180	3.13	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1.43	Свекла тушеная в сметанном соусе	100	4.72	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1.43	Хлеб ржаной	50
Хлеб ржаной	50	1.7	Хлеб ржаной	50	1.7	Соус сметанный	30	3.2	Хлеб ржаной	50	1.7	Салат из свеклы с чесноком	60
			Хлеб ржаной	50	1.7	Комлот из сухофруктов (изюм)	180	3.13	Салат картофельный с соевыми огурцами	60	3.95		
			Омлет сориный порционный	60	7.38	Хлеб ржаной	50	1.7					
<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>	
Пудинг из творога запеченный	150/10	30.8	Котлеты картофельные	150	18.81	Рагу овощное	200	7.75	Сосиски молочные отварные	160	3.89	Сосиски молочные отварные	60
Чай с сахаром	180	0.71	Салат из свеклы	60	1.03	Чай с лимоном	180	2.07	Чай с молоком (1 вар)	180/5	10.3	Чай с лимоном	180
Хлеб пшеничный	40	2.91	Хлеб пшеничный	40	2.91	Хлеб пшеничный	40	2.91	Хлеб пшеничный	40	2.91	Хлеб пшеничный	40
Яблоко свежее	180	14.76	Чай с сахаром	180	0.71	Пирожок с картошкой	70	3.78	Булочка "Домашняя"	60	3.8	Хлеб пшеничный	50
			Банан	180	13.25	Кукуруза консервов	45	4.56				Винегрет	60

Понедельник	Вых.	Цена	Вторник	Вых.	Цена	Среда	Вых.	Цена	Четверг	Вых.	Цена	Пятница	Вых.
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>	
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200/5	3.04	Суп молочный с макаронными изделиями	200	1.6	Какао с молоком (1 вар)	200/6	2.68	Какао с молоком (1 вар)	200/6	67.1	Каша "Геркулес" молочная жидкая	200/5
Чай с сахаром	180	0.71	Корфейный напиток с молоком	180	0.9	Корфейный напиток с молоком	180	0.9	Каша кукурузная молочная жидкая	200/5	596.7	Хлеб пшеничный с маслом	40/5
Батон с маслом, с сыром	30/5/1	6.3	Батон нарезной с повидлом	36/20	3.53	Хлеб пшеничный с маслом с сыром	40/5/1	7.4	Батон нарезной с повидлом	36/20	3.53	Корфейный напиток с молоком 2	180
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>	
Снежок	180	8.3	Сок фруктовый	100		Кефир с сахаром	200/10	0.52	Напиток из шиповника	180	0.7	Йогурт питьевой	180
<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>	
Салат картофельный с соевыми огурцами	30	1.99	Бульон из кур	250	8.04	Рассольник ленинградский со сметаной	250	6.65	Суп из овощей со сметаной	250	7.23	Суп гороховый	250
Суп крестьянский с крупой со сметаной	250	5.77	Гречка из пшеничного хлеба	20	2.77	Салат из зеленого горошка	30	3.77	Салат из зеленого горошка	30	3.77	Рис отварной с маслом	100
Ежики в томатно-сметанном соусе	70	2.64	Курица отварная порц	70	17.15	Гуляш из говядины	70	1.04	Комлот из сухофруктов (изюм)	180	3.13	Комлот из яблок с лимоном	180
Соус сметанный с томатом	30	6.24	Пюре из моркови (гарнир)	100/5	51.21	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1.43	Хлеб ржаной	50	1.7	Хлеб ржаной	50
Капустя тушеная	100	3.75	Комлот из сухофруктов (изюм)	180	3.13	Хлеб ржаной	50	1.7	Котлеты рыбные	70	17.44	Суфле из печени	70/5
Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1.43	Хлеб ржаной	50	1.7	Салат из свеклы с чесноком	60	1.38	Картофельное пюре	150/88	86		
Хлеб ржаной	50	1.7	Салат картофельный с зеленым горошком	60	3.45								
<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>	
Вареники ленивые с маслом	150	30.67	Чай с лимоном	180	2.07	Картофель отварной	100	4.51	Макаронные изделия отварные	100	2.56	Картофель запеченный с яйцом	150
Хлеб пшеничный	40	2.91	Хлеб пшеничный	40	2.91	Молоко натуральное	150/6	4.5	Сосиски молочные отварные	60	12	Салат из свеклы	60
Какао с молоком (1 вар)	180/3	237.6	Омлет с сыром	100	13.88</								



