

МЕНЮ ОСЕНЬ - ЗИМА

Утверждаю: Заведующая МБДОУ №3

А.Б. Козлинская

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180/180	КАКАО С МОЛОКОМ 180/180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/190	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ) 180/180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180/180	КАКАО С МОЛОКОМ 180/180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180/200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180/180	КАКАО С МОЛОКОМ 180/180	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ) 180/180
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150/150	ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ 150/200	КАША РИСОВАЯ С ИЗЮМОМ 150/190	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ 180/190	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КУРАГОЙ 160/200	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150/200	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ 150/190	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 150/180	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ 150/190	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КУРАГОЙ 150/200
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 35/35	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25/25	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40/40	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 35/35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40/40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25/25	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 30/30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 (сад)	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25/25	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40 СЫР (ПОРЦИЯМИ) 6 (сад)
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25		БУТЕРБРОД С СЫРОМ 32 (ясли)	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25 (сад)	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40/40
СОК ПЕРСИКОВЫЙ 170/200	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100/100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100/100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 170/200	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100/100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100/100	СОК ВИШНЕВЫЙ 170/200	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100/100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100/100	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ 170/200
		ХЛЕБ РЖАНОЙ 15 (сад)	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 (сад)	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25 (сад)			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10 (сад)	ХЛЕБ РЖАНОЙ 15 (сад)	
							ХЛЕБ РЖАНОЙ 15 (сад)	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10 (сад)	
							МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 3 (сад)		
Обед									
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 40/50	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) 40/ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 40/50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50 (сад)	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 40/50	ПОМИДОРЫ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ 40/50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ 40/50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 40/50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 40/50	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО 40/50
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ 150/180	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 150/180	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 150/180	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 150/180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ 150/180	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 150/180	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 150/180	СУП ГОРОХОВЫЙ (МЯСНОЙ) С ГРЕНКАМИ 150/180	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 150/180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150/180
РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ 60/70	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 160/200	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 60/70	ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ 50/70	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ 50/70	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ 50/70	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ 60/70	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ (55/25)/70	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ 50/70	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 50/ 70
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 110/130	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 160/180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 110/130	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ 110/130	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 110/150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 110/ 130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 110/130	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 120/150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110/130	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 120/160
КИСЕЛЬ ИЗ ГРУШ 150/180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/20	СОК ВИШНЕВЫЙ 150/200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160/180	КИСЕЛЬ ИЗ ГРУШ 150/180	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 150/180	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ 150/180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160/180	КИСЕЛЬ ИЗ ГРУШ 150/ 180	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ 150/180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40/40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/10	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20
		ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 (ясли)	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20			ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	

Полдник									
ПЕЧЕНЬЕ 20/35	ПРЯНИКИ 20/40	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ 60/70	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ 60 (ясли) ВАТРУШКА С ТВОРОЖНЫМ ФАРШЕМ 70 (сад)	ВАФЛИ 20/40	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 50/70	ПЕЧЕНЬЕ 20/ 35	ПРЯНИКИ 20/40	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ60/ 70	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 80/80
СНЕЖОК 180/200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180/200	ЙОГУРТ 180/200	СНЕЖОК180/ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180/200	ЙОГУРТ 180/200	СНЕЖОК 180/200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180/200	ЙОГУРТ 180/200	СНЕЖОК 180/200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 (сад)	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 6 (сад)			СЫР (ПОРЦИЯМИ) 6 (сад)		БУТЕРБРОД С СЫРОМ 35 (сад)	ХЛЕБ РЖАНОЙ 10 (сад)		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10 (сад)			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10 (сад)					
Ужин									
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 40/50	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 40/50	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 40/50	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГ О 40/50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ 40/50	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С СУХОФРУКТАМИ 50 (сад)	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40/50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 40/50	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 40/50	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ 40/ 50
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ 60/70	БИТОЧКИ ИЗ КУР 60/70	ЗАПЕКАНКА (РУЛЕТ) КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ С СОУСОМ 160/180	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ (ИЗ ОТВАРНОЙ) 60/70	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ (50/30) / 70	ПТИЦА, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 170/200	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ 160/200	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 50/70	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ ПО-КУНЦЕВСКИ 50/70	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ 50/ 70
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 110/130	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ЯБЛОКАМИ 110/130	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ) 180/180	КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЛАДЬИ 110 (ясли)КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ 130 (сад)	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110/ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ) 180/180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160/180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110/130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110/150	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 110/130
ЧАЙ С САХАРОМ 180/180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160/180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/20	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ 150/180	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 160/180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/20	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 160/180	ЧАЙ С САХАРОМ 180/180	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 170 (ясли) ЧАЙ С ЛИМОНОМ 190 (сад)
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30/20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 (сад)	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/20	ХЛЕБ РЖАНОЙ20/ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/20
			ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20				ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20		ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20
1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день

