

**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ МДОУ "СУДСКИЙ ДЕТСКИЙ САД "ТЕРЕМОК" 3-7 ЛЕТ**

день	1 ДЕНЬ	2 ДЕНЬ	3 ДЕНЬ	4 ДЕНЬ	5 ДЕНЬ	6 ДЕНЬ	7 ДЕНЬ	8 ДЕНЬ	9 ДЕНЬ	10 ДЕНЬ
<b>ПРИЕМ ПИЩИ</b>	<b>ЗАВТРАК</b>									
<b>КАША</b>	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	КАША "ДРУЖБА" 200	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ 50				ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ 50			
<b>ТРЕТЬЕ БЛЮДО</b>	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200
<b>КОНДИТЕРКА/БУТЕРБРОД</b>	ПЕЧЕНЬЕ 25	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 45/5/17	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 45/5/17		ПЕЧЕНЬЕ 25	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 45/5/17	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45/5
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>445</b>	<b>450</b>	<b>467</b>	<b>450</b>	<b>467</b>	<b>445</b>	<b>450</b>	<b>467</b>	<b>450</b>	<b>467</b>
<b>ПРИЕМ ПИЩИ</b>	<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>									
<b>НАПИТОК</b>	СОК ... 100	СОК ... 100	СОК ... 100	СОК ... 100	СОК ... 100	СОК ... 100	СОК ... 100	СОК ... 100	СОК ... 100	СОК ... 100
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>
<b>ПРИЕМ ПИЩИ</b>	<b>ОБЕД</b>									
<b>ПЕРВОЕ БЛЮДО</b>	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 200	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛКАМИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ 200	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 200	СУП С КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ И ЗЕЛЕНАМ ГОРОШКОМ 200	РАССОЛЬНИК ЛЕНИВЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 200	БОРЩ СИБИРСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 200	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТА С КУРОЙ НА СМЕТАНЕ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ И СМЕТАНОЙ 200
<b>ЗАКУСКА</b>	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ 50	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ 50	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 50	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50
<b>ВТОРОЕ БЛЮДО</b>	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ КУРИНЫЕ 70	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ 70	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 70	ГРЕЧА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ 130	ЕЖИКИ С МЯСОМ 200	КОЛБАСА СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ 70	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ РЫБНЫЕ 70	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 200	БЕФ-СТРОГАНОВ ИЗ МЯСА 70
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 130	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ 130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	ГУЛЯШЬ МЯСНОЙ 70	СОУС МОЛОЧНЫЙ 50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130		ГРЕЧА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ 130
		СОУС ТОМАТНЫЙ 50					СОУС ТОМАТНЫЙ 50			
<b>ТРЕТЬЕ БЛЮДО</b>	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 200
<b>ХЛЕБ</b>	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>700</b>	<b>750</b>	<b>700</b>	<b>700</b>	<b>700</b>	<b>750</b>	<b>750</b>	<b>700</b>	<b>750</b>	<b>700</b>
<b>ПРИЕМ ПИЩИ</b>	<b>ПОЛДНИК</b>									
<b>ТРЕТЬЕ БЛЮДО</b>	ЙОГУРТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КЕФИР 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КИСЕЛЬ 200	ЙОГУРТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	ЙОГУРТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КИСЕЛЬ 200
<b>ВЫПЕЧКА/КОНДИТЕРКА/ БУТЕРБРОД</b>	ОЛАДЬИ 60	ПЕЧЕНЬЕ 50	ПРЯНИКИ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 50	БУЛОЧКА С ДЖЕМОМ 50	БАРАНКИ 50	ВАФЛИ 35	ПРЯНИКИ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 50	БУЛОЧКА С МАКОМ/ВАНИЛЬЮ 50
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>260</b>	<b>250</b>	<b>230</b>	<b>250</b>	<b>250</b>	<b>250</b>	<b>235</b>	<b>230</b>	<b>250</b>	<b>250</b>
<b>ПРИЕМ ПИЩИ</b>	<b>УЖИН</b>									
<b>ОСНОВНОЕ БЛЮДО</b>	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРОЙ 200	САЛАТ ОВОЩНОЙ 200	БЛИНЫ 150	СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ 150	САЛАТ РЫБНЫЙ 150	БИТОЧКИ МАННЫЕ 150	ПЛОВ С КУРОЙ 130	СУФЛЕ ИЗ ФИЛЕ КУРИЦЫ 70	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 150	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40
		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	МОЛОКО СТУЩЕНОЕ 50	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ 50		ДЖЕМ 50		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ 50	САЛАТ ОВОЩНОЙ 150
<b>ТРЕТЬЕ БЛЮДО</b>	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200
<b>ХЛЕБ</b>	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 45		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 45	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 45	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 45	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 45	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 45	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 45	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 45
<b>ФРУКТЫ</b>	ЯБЛОКО 100	МАНДАРИН 100	ГРУША 100	ЯБЛОКО 100	БАНАН СВЕЖИЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ГРУША СВЕЖАЯ 100	МАНДАРИН 100	ЯБЛОКО 100	БАНАН 100
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>										
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1505</b>	<b>1550</b>	<b>1497</b>	<b>1500</b>	<b>1517</b>	<b>1545</b>	<b>1535</b>	<b>1497</b>	<b>1500</b>	<b>1517</b>

