

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
ПРИЕМ ПИЩИ	ЗАВТРАК									
КАША	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			
ТРЕТЬЕ БЛЮДО	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
КОНДИТЕРКА/БУТЕРБРОД	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 И СЫРОМ 45/5/17
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	445	450	467	450	467	445	450	467	450	467
ПРИЕМ ПИЩИ	ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
НАПИТОК	СОК ... 100	СОК ... 100	СОК ... 100	СОК ... 100	СОК ... 100	СОК ... 100	СОК ... 100	СОК ... 100	СОК ... 100	СОК ... 100
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
ПРИЕМ ПИЩИ	ОБЕД									
ПЕРВОЕ БЛЮДО	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 200	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ 200	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 200	СУП С КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ И ЗЕЛЕНЫМ 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 СЫРОЙ И СМЕТАНОЙ 200
ЗАКУСКА	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
ВТОРОЕ БЛЮДО	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			
ТРЕТЬЕ БЛЮДО	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
ХЛЕБ	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
ИТОГО ЗА ОБЕД	700	750	700	700	700	750	750	700	750	700
ПРИЕМ ПИЩИ	ПОЛДНИК									
ТРЕТЬЕ БЛЮДО	ЙОГУРТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КЕФИР 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КИСЕЛЬ 200	ЙОГУРТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	ЙОГУРТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КИСЕЛЬ 200
ВЫПЕЧКА/КОНДИТЕРКА/ БУТЕРБРОД	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
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	250	230	250	250	250	235	230	250	250
ПРИЕМ ПИЩИ	УЖИН									
ОСНОВНОЕ БЛЮДО	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
ТРЕТЬЕ БЛЮДО	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
ХЛЕБ	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
ФРУКТЫ	ЯБЛОКО 100	МАНДАРИН 100	ГРУША 100	ЯБЛОКО 100	БАНАН СВЕЖИЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ГРУША СВЕЖАЯ 100	МАНДАРИН 100	ЯБЛОКО 100	БАНАН 100
ИТОГО ЗА УЖИН										
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1505	1550	1497	1500	1517	1545	1535	1497	1500	1517

