

**ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЕТСКИЙ САД № 2 «КАТЮША»**

Утверждено:

Зам. директора школы

Бендак М.Н.



ДЕНЬ 1		ДЕНЬ 2		ДЕНЬ 3		ДЕНЬ 4		ДЕНЬ 5	
ЗАВТРАК	ВЫХОД	ЗАВТРАК	ВЫХОД	ЗАВТРАК	ВЫХОД	ЗАВТРАК	ВЫХОД	ЗАВТРАК	ВЫХОД
КАША ПШЕНИЧНАЯ	180/200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150/180	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧ	150/180	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	150/180	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150/180
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150/180	КАКАО С МОЛОКОМ	150/180	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150/180	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/180
ПЕЧЕНЬЕ/ВАФЛИ	20/20	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ,	50/50	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ,	50/50	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50/50	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50/50
		СЫР	5/5	СЫР	5/5				
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	95/100	СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	95/100	СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	95/100	СОК ФРУКТОВЫЙ	95/100	СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	95/100
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	30/50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛ ГОР	40/60	САЛАТ ИЗ св..КАПУСТ С МОРК	30/50	СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗД.	150/180	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ЗЕЛ ГОР СО СМЕТ	150/180
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150/180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	150/180	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТ ½	150/180	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50/70	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	50/70
ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	130/180	СО СМЕТ ¼ ЯЙЦО	10/10	яйцо КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА	10/10 150/180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100/150	СВЕКЛА ПОРЦИОННАЯ	15/20
С МЯСОМ ОТВ. /РАГУ		ФРИКАДЕЛЬКИ/КОТЛЕТЫ	50/70	С МЯСОМ ОТВ.		огурец сол.порц.	10/20	КАПУСТА ТУШЕНАЯ/ картоф пюре	100/130
ОВОЩНОЕ/		Мясные/ СОУС ТОМ		/РУЛЕТ С МЯСОМ		СОУС ПО-ПОЛЬСКИ		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25/40
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУК	150/180	Макароны отв	110/130	ОТВАРНЫМ/		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	150/180	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150/180
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25/40	КОМПОТ ИЗ СВ ФР	150/180	СОУС ТОМ.	15/15	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25/40		
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25/40	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25/40				
				КОМП ассорти	150/180				
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
ОЛАДЬИ ЗАПЕЧ	80/100	ПУДИНГ ТВОРОЖН	130/150	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	130/150	ОМЛЕТ ЗАПЕЧ С СЫРОМ	120/150	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	120/150
СОУС СЛАДКИЙ	10/15	СО СГУЩ МОЛ	15/20	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	30/50	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	130/150	СО СГУЩ МОЛ.	15/20
ЯЙЦО	40/40	ОТВАР ШИПОВНИКА	150/180	ОТВАР ШИПОВНИКА	130/150	ХЛЕБ ПШЕН	25/40	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ	150/180
ЧАЙ	150/180							ФРУКТОВ/СОК	
								ПЕЧЕНЬЕ	20/20

ДЕНЬ 6		ДЕНЬ 7		ДЕНЬ 8		ДЕНЬ 9		ДЕНЬ 10	
ЗАВТРАК	ВЫХОД	ЗАВТРАК	ВЫХОД	ЗАВТРАК	ВЫХОД	ЗАВТРАК	ВЫХОД	ЗАВТРАК	ВЫХОД
КАША ЯЧНЕВАЯ С ГЕРКУЛ МОЛОЧНАЯ	150/180	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/180	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ «РЯБЧИК»	150/180	КАША ВЯЗКАЯ ЯЧНЕВАЯ	150/180	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ	150/180
КОФ. НАПИТОК С МОЛОКОМ	150/180	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/180	ЧАЙ СЛАДКИЙ	150/180	КАКАО С МОЛОКОМ	150/180	КОФ НАП С МОЛОКОМ	150/180
ПЕЧЕНЬЕ/ВАФЛИ	20/20	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ, СЫР	50/50 5/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ, СЫР	50/50 5/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50/50	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50/50
СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	95/100	СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	95/100	СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	95/100	СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	95/100	СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	95/100
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Салат из св капусты	30/50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С М/Р	30/50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ с сол огурц.С ЧЕСНОКОМ	30/50	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНС С МОРКОВЬЮ	30/50	Салат из св капусты с м/р	30/50
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГР. СО СМЕТ	150/180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАН	150/180	СУП КАРТОФ.С ФАСОЛЬЮ СО СМЕТАНОЙ	150/180	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТ	150/180	СУП РЫБНЫЙ	150/180
СУФЛЕ ИЗ КУРЫ/ КОТЛ КУРИНЫЕ	50/70	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50/70	ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ	100/150	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ	50/70	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	50/70
КАРТОФ ПЮРЕ	100/130	КАРТОФ ПЮРЕ	100/130	СОУС СМЕТ	10/15	МАКАРОНЫ	100/130	КАРТОФ ПЮРЕ	100/130
СОУС	10/15	СОУС ПО -ПОЛЬСКИ	10/15					СОУС	10/15
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10/15	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10/15	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10/15	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10/15	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10/15
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150/180	КОМП АССОРТИ	150/180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	150/180	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150/180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	150/180
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ	120/150	ЗАПЕКАНКА ТВОР. С	120/150	ПИРОГ С ПОВИДЛОМ	60/80	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	130/150	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВ , СЫР	130/150
С ИЗЮМОМ / курагой		ИЗЮМОМ, соус сладкий	10/15	МОЛОКО	150/180	Хлеб пшен.	40/60	КОЛОБ БЕЛОМОРСКИЙ	30/50
СЛАДКИЙ СОУС	10/15	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	150/180	яйцо	40/40	ЧАЙ	150/180	КОМП ИЗ КОНС ПЛОДОВ	150/180
ОТВАР ШИПОВНИКА	150/180	ПЕЧЕНЬЕ	20/20	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100/100			КОНФЕТЫ	20/20