

# Примерное меню с 14.10 - 25.10

День I:	Тисов фруктовый	100
Завтрак I:	Чай	150-180
	Темные	2шт
Завтрак II:	Сок	100
Обед:	Суп куриный	180-200
	Макароны с маслом	100
	Тунец с мясом кур	70-90
	Компот	180-200
	Рис белый	2,5-4,5
Полдник:	Чай фруктовый	180-200
	Зеленый напиток	150-180
	Рис белый	2,5
День II		
Завтрак I:	Ванна молочная	180-200
	Зеленой напиток	150-180
	Бутерброд с маслом	2,5-5
Завтрак II:	Сок	100
Обед:	Суп куриный с сметаной	180-200
	Тисов с мясом кур	125-145
	Компот	180-200
	Рис белый	2,5-4,5
Полдник:	Бутерброд с колбасой	0,5
	Чай	150-180
День III		
Завтрак I:	Ванна молочная	180-200
	Зеленой напиток	150-180
	Бутерброд с маслом	2,5-5
Завтрак II:	Сок	100
Обед:	Суп куриный с сметаной	180-200
	Картофельное пюре	120
	Тунец с мясом кур	50
	Компот	150-180

<u>Завтрак:</u>	Каша рисовая	150
	Чай	75
	Хлеб пшеничный	75
<u>День VI</u>		
<u>Завтрак I:</u>	Каша гречневая	180-200
	Запеканка манная	150-180
	Бутерброд с сыром	75-100
	Сок	100
<u>Завтрак II:</u>		
<u>Обед:</u>	Суп с сметаной	180-200
	Картофельное пюре	100
	Каша из пшена	50-75
	Компот	150-180
	Хлеб пшеничный	75-100
<u>Завтрак:</u>	Манная каша	110
	Чай	150-180
<u>День VII</u>		
<u>Завтрак I:</u>	Каша "пшеничная"	180-200
	Запеканка манная	150-180
	Бутерброд с сыром	75-100
	Сок	100
<u>Завтрак II:</u>		
<u>Обед:</u>	Суп картофельный с сметаной	180-200
	Пюре из картофеля	110
	Компот	150-180
	Хлеб пшеничный	75-100
<u>Завтрак:</u>	Оладьи с маслом, сахар	180
	Чай	150-180
<u>День VIII</u>		
<u>Завтрак I:</u>	Хлеб	100
	Чай	150-180
	Каша	200
<u>Завтрак II:</u>	Сок	100
<u>Обед:</u>	Суп картофельный с сметаной	180-200
	Пюре с сыром	70-90
	Каша из пшена	150-180
	Компот	75-100
	Хлеб пшеничный	75-100

Завтрак: каша пшеничная 180-200  
 злаковый напиток 150-180  
 хлеб пшеничный 2.5

День VII  
Завтрак I: каша манная 180-200  
 злаковый напиток 150-180  
 бутерброд с маслом 2.5-5  
Завтрак II: Сок 100

Обед: суп с сметаной 150-180  
 макароны с маслом 100  
 курица порционные 3.5-5.0  
 компот 150-180  
 хлеб пшеничный 3.5-4.5

Полдник: йогурт 100  
 чай 150-180  
 хлеб пшеничный 2.5

День VIII  
Завтрак I: каша геркулесовая 180-200  
 злаковый напиток 150-180  
 бутерброд с сыром 2.5-4.0  
Завтрак II: Сок 100

Обед: борщ с сметаной 180-200  
 жареное по домашнему 160-180  
 компот 150-180  
 хлеб пшеничный 3.5-4.5

Полдник: котлета рыбная 70  
 чай 150-180  
 хлеб пшеничный 2.5

День IX  
Завтрак I: каша рисовая 180-200  
 злаковый напиток 150-180  
 бутерброд с маслом 2.5-5  
Завтрак II: Сок 100

Обед: суп картофель с сметаной 180-200  
 геркулес с маслом 100  
 компот 50

	Кисель фруктовый	35-45
<u>Полдник:</u>	Запеканка творожная Чай	100 150-180
<u>День 8:</u>		
<u>Завтрак I:</u>	Вареники молочные Вареники мажирок Бутерброды с маслом	180-200 150-180 25-5
<u>Завтрак II:</u>	Сок	100
<u>Обед:</u>	Суп рыбный Чушка с маслом Тодлива Техтими из мяса кур Каша Кисель фруктовый	180-200 100 50 50 150-180 35-45
<u>Полдник:</u>	Пирожок с повидлом. Чай	40 150-180

Инверидано

Зав. МБДОУ Садоводский ДС №10

Куря (Акулиничев Т. П.)

