

ДЕСЯТИДЕВНОЕ ЗИМНЕЕ МЕНЮ МБДОУ №19 г. Невинномыска САД 2020г.

1 день		2 день		3 день		4 день		5 день	
завтрак		завтрак		завтрак		завтрак		завтрак	
Суп молочный с крупой (гречкой)	200	Суп молочный с крупой пшенной 1/2	200	Каша Геркулес молочная 1/2	200	Каша молочная манная (1/2)	200	Каша молочная пшеничная 1/2	200
		Хлеб пшеничный	30					Хлеб пшеничный	30
		Масло сливочное	5					Повидло	10
Хлеб пшеничный	30	Какао с молоком 1/2	200	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Кофейный напиток с молоком (1/2)	200
Повидло	10			Масло сливочное	5	Масло сливочное	5		
Кофейный напиток (1/2)	200			Кофейный напиток с молоком (1/2)	200	Какао с молоком (1/2)	200		
яблоко	100	яблоко		яблоко	100	яблоко	100	яблоко	100
итого завтрак:	540		535		535		535		540
обед		обед		обед		обед		обед	
Суп гороховый	200	Борщ с фасолью	200	Суп с клецками	200	Щи из свежей капусты с картофелем	200	Борщ с картофелем	200
Шницель рыбный натуральный	80	Рагу из птицы	180	Птица тушеная в соусе	75	картофельное пюре	120	Гуляш из говядины	80
Капуста тушеная	100	капуста квашенная	40	Соус красный основной	30	Свекла тушеная	50	каша гречневая рассыпчатая	70
		Горошек зеленый	30			Котлета из говядины	80		
Макаронь отварные	100	Хлеб пшеничный	30	Каша вяз .пшеничная	100	помидор соленый	40		
помидор соленый	40	Хлеб ржаной	50	огурец соленый	40	Хлеб пшеничный	20	капуста квашенная	40
Хлеб пшеничный	20	Компот из сухофруктов	200	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной	50			Хлеб пшеничный	10	Компот из сухофруктов	200	Хлеб ржаной	50
Компот из сухофруктов	200			Компот из сухофруктов	200			Компот из сухофруктов	200
Итого обед:	790		700		735		760		690
Уплотненный полдник	0	Уплотненный полдник		Уплотненный полдник		Уплотненный полдник		Уплотненный полдник	
Биточки рубленные из птицы	80	Запеканка из творога	200	Рыба тушеная в томате с овощами	120	Омлет натуральный	110	Картофель, запечен с яйцом	170
Пюре картофельное	120	Соус сметанный	50	Картофель отварной	90	Капуста тушеная	100		
свекла тушеная	100	Хлеб пшеничный	20	помидор соленый	40	Хлеб пшеничный	30		
Хлеб пшеничный	15	чай	200	Хлеб пшеничный	20	Чай	200	огурец соленый	40
чай	200			Чай	200	Макаронь отварные	60	Хлеб пшеничный	30
Итого полдник:	515		530		470		510	Кисель из концентрата	200
ужин	00	ужин		ужин		ужин		ужин	
Молоко кипяченое	180	Кефир	150	Молоко кипяченое	180	Кефир	150	Чай с молоком 1/2	200
Печенье	28	Печенье	28	печенье	28	Булочка веснушка	45	печенье	28
итого ужин:	208		178		210		195		228
итого день:	2053		1943		1950		2000		1898

ДЕСЯТИДЕВНОЕ ЗИМНЕЕ МЕНЮ МБДОУ №19 г. Невинномысска сад 2020 г.

6 день		7 день		8 день		9 день		10 день	
Завтрак		завтрак		завтрак		завтрак		завтрак	
Суп молочный с макаронами	200	Каша молочная пшениная 1\2	200	Каша молочная рисовая 1\2	200	Каша молочная манная	200	Каша молочная геркулес	200
Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30
Масло сливочное	5	повидло	10	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5
Кофейный напиток 1/2	200	чай	200	Кофейный напиток на молоке(1/2)	200	Какао на молоке 1/2	200	Кофейный напиток на молоке 1/2	200
яблоко	100	яблоко	100	яблоко	100	яблоко	100	яблоко	100
Итого завтрак:	535		540		535		540		535
обед		обед		обед		обед		обед	
Щи из квашенной капусты с картофелем	200	Рассольник Ленинградский	200	Суп картофельный	200	Суп овощной	200	Борщ Украинский	200
Фрикадельки рыбные в томатном соусе	120	котлета рубленая из птицы	80	Птица тушенная в соусе	75	Жаркое по домашнему с говядиной	200	Гуляш из говядины или сосиски говяж.	80
		Огурец соленый	40			Зеленый горошек	30		
						Соус красный осно.	30		
Пюре картофельное	120	Свекла тушенная	150	Пюре гороховое	100	помидор соленый	40	Капуста тушенная	100
помидор соленый	40	Зеленый горошек	30	капуста квашенная	40	Хлеб пшеничный	20	огурец соленый	40
Хлеб ржаной	50	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50
Хлеб пшеничный	10	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Компот из сухофруктов	200	Хлеб пшеничный	15
Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200			Компот из сухофруктов	200
итого обед:	740		730		715		740		680/670
Уплотненный полдник		Уплотненный полдник		Уплотненный полдник		Уплотненный полдник		Уплотненный полдник	
Плов из птицы	210	Вареники ленивые	220	Шницель рыбный натуральный	80	Макароны отварные	100	Рыба тушенная в томате с овощами	100
		Соус молочный сладкий	50			Рагу овощное	150		
Икра кабачковая	60	Какао на молоке(1/2)	200	Соус томатный	30				
				огурец соленый	40	Икра кабачковая	60	соленый помидор	40
Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	15	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	25
Чай	200			Чай	200	Чай	200	Кисель из концентрата	200
итого полдник:	530		485		530		490		460
ужин		ужин		ужин		ужин		ужин	
молоко кипяченое	180	Кефир	150	Молоко кипяченое	180	кефир	150	Молоко кипяченое	180
печенье	28	Печенье	28	Печенье	28	печенье	28	Хлеб пшеничный	20
								Повидло	10
итого ужин:	208		178		228		178		230
итого день:	2035		1933		2008		1948		1905/1895

