

**ДЕСЯТИДЕВНОЕ ЗИМНЕЕ МЕНЮ МБДОУ №19 г. Невинномыска ЯСЛИ 2020**

<b>1 день</b>		<b>2 день</b>		<b>3 день</b>		<b>4 день</b>		<b>5 день</b>	
<b>завтрак</b>		<b>завтрак</b>		<b>завтрак</b>		<b>завтрак</b>		<b>завтрак</b>	
Суп молочный с крупой (гречкой)	150	Суп молочный с крупой пшенной 1/2	150	Каша Геркулес молочная 1/2	150	Каша молочная манная (1/2)	150	Каша молочная пшеничная 1/2	150
Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30
Повидло	10	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	повидло	10
Кофейный напиток (1/2)	150	Какао с молоком 1/2	150	Кофейный напиток с молоком (1/2)	150	Какао с молоком (1/2)	150	Кофейный напиток с молоком (1/2)	150
яблоко	100	яблоко	100	яблоко	100	яблоко	100	яблоко	100
<b>итого завтрак:</b>	<b>440</b>		<b>435</b>		<b>435</b>		<b>435</b>		<b>440</b>
<b>обед</b>		<b>обед</b>		<b>обед</b>		<b>обед</b>		<b>обед</b>	
Суп картофельный	150	Борщ с фасолью	150	Суп с клецками	150	Щи из свежей капусты с картофелем	150	Борщ с картофелем	150
Шницель рыбный натуральный	60	Рагу из птицы	160	Каша вязкая пшенична	100	Котлета из говядины	60	Биточки из говядины	60
Капуста тушеная	70	капуста квашенная	30	Огурец соленый	30	Картофельное пюре	100	Соус томатный	20
Макаронны отварные	50	Зеленый горошек	30	Котлета рубленая из птицы	60	Свекла тушеная	50	квашенная капуста	30
Хлеб ржаной	40	Хлеб пшеничный	20	Хлеб ржаной	40	помидор соленый	30	зелёный горошек	30
Помидор соленый	30	Хлеб ржаной	40	Компот из сухофруктов	150	Хлеб пшеничный	20	каша гречневая рассыпчатая	100
Компот из сухофруктов	150	Компот из сухофруктов	150			Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40
						Компот из сухофруктов	150	Компот из сухофруктов	150
<b>итого обед:</b>	<b>550</b>		<b>580</b>		<b>550</b>		<b>560</b>		<b>580</b>
<b>Уплотненный полдник</b>		<b>Уплотненный полдник</b>		<b>Уплотненный полдник</b>		<b>Уплотненный полдник</b>		<b>Уплотненный полдник</b>	
Биточки рубленые из птицы	60	Запеканка из творога	150	Фрикадельки рыбные в томатном соусе	110	Омлет натуральный	55	Картофель запечённый с яйцом	150
Пюре картофельное	100	Соус сметанный	50	Картофель отварной	90	Капуста тушеная	100		
свекла тушеная	100	Хлеб пшеничный	20	помидор соленый	30	Хлеб пшеничный	20	соленый огурец	30
Хлеб пшеничный	22	Чай	150	Хлеб пшеничный	20	Чай	150		
Чай	150			Чай	150	Макаронны отварные	50	Кисель из концентрата	150
								Хлеб пшеничный	15
<b>итого полдник:</b>	<b>432</b>		<b>370</b>		<b>400</b>		<b>375</b>		<b>405</b>
<b>ужин</b>		<b>ужин</b>		<b>ужин</b>		<b>ужин</b>		<b>ужин</b>	
молоко кипяченое	150	Кефир	150	молоко кипяченое	150	Кефир	150	Чай с молоком	150
Печенье	28	Печенье	28	Печенье	28	Булочка веснущка	45	Печенье	28
<b>итого ужин:</b>	<b>178</b>		<b>178</b>		<b>178</b>		<b>195</b>		<b>178</b>
<b>Итого день:</b>	<b>1595</b>		<b>1563</b>		<b>1563</b>		<b>1565</b>		<b>1603</b>

**ДЕСЯТИДЕВНОЕ ЛЕТНЕЕ МЕНЮ МБДОУ №19 г. Невинномыска ЯСЛИ 2020**

6 день		7 день		8 день		9 день		10 день	
Завтрак		завтрак		завтрак		завтрак		завтрак	
Суп молочный с макаронами	150	Каша молочная пшеничная 1/2	150	Каша молочная рисовая 1\2	150	Каша молочная манная ц/м	150	Каша молочная геркулес 1/2	150
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	150	чай	150	Кофейный напиток на молоке(1/2)	150	Какао на молоке 1/2	150	Кофейный напиток на молоке 1/2	150
яблоко	100	яблоко	100	яблоко	100	яблоко	100	яблоко	100
<b>итого завтрак:</b>	<b>435</b>		<b>440</b>		<b>435</b>		<b>435</b>		<b>435</b>
<b>обед</b>		<b>обед</b>		<b>обед</b>		<b>обед</b>		<b>обед</b>	
Щи из квашенной капусты с картофелем	150	Рассольник Ленинградский	150	Суп картофельный	150	Суп овощной	150	Борщ Украинский	<b>150</b>
Фрикадель рыбные в томатном соусе	80	Котлета рубленые из птицы	60	Биточки рубленые из птицы	60	Котлета	60	Биточек говяжий	<b>60</b>
пюре картофельное	90	Свекла тушеная	100	Каша пшеничная рассыпчатая	70	Картофель отварной	90	Капуста тушеная	<b>70</b>
помидор соленый	30	огурец соленый	30	Соус красный основной	20	соленый помидор	30	огурец соленый	<b>30</b>
		Зеленый горошек	30			Зеленый горошек	30		
Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	капуста квашенная	30	Хлеб пшеничный	10	Хлеб ржаной	<b>40</b>
Компот из сухофруктов	150	Компот из сухофруктов	150	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	Хлеб пшеничный	<b>15</b>
Хлеб пшеничный	15			Хлеб пшеничный	15	Компот из сухофруктов	150	Компот из сухофруктов	<b>150</b>
				Компот из сухофруктов	150				
<b>итого обед:</b>	<b>585</b>		<b>530</b>		<b>535</b>		<b>560</b>		<b>515</b>
<b>Уплотненный полдник</b>		<b>Уплотненный полдник</b>		<b>Уплотненный полдник</b>		<b>Уплотненный полдник</b>		<b>Уплотненный полдник</b>	
Плов из птицы	175	Вареники ленивые	180	Шницель рыбный натуральный	75	Макаронные отварные	100	Фрикадельки рыбные в томатном соусе	<b>110</b>
				соус томатный	30	Омлет натуральный	80		
Икра кабачковая	50	Соус молочный сладкий	50	Рагу овощное	150	икра кабачковая	50	Пюре картофельное	<b>90</b>
Хлеб пшеничный	15	Хлеб пшеничный	15	огурец соленый	30	Хлеб пшеничный	15	помидор соленый	<b>30</b>
Чай	150	Какао на молоке(1/2)	150	Хлеб пшеничный	15	Чай	150	Хлеб пшеничный	<b>15</b>
				Чай	150			Кисель из концентрата	<b>150</b>
<b>итого полдник:</b>	<b>390</b>		<b>395</b>		450		<b>395</b>		<b>395</b>
<b>ужин</b>		<b>ужин</b>		<b>ужин</b>		<b>ужин</b>		<b>ужин</b>	
молоко кипяченое	150	Кефир	150	Молоко кипяченое	150	Кефир	150	молоко кипяченое	<b>150</b>
Печенье	28	Печенье	28	Печенье	28	печенье	28	Хлеб пшеничный	<b>20</b>
								повидло	<b>10</b>
<b>итого ужин:</b>	<b>164</b>		<b>178</b>		<b>178</b>		178		<b>164</b>
<b>итого день:</b>	<b>1588</b>		<b>1543</b>		<b>1598</b>		<b>1568</b>		<b>1509</b>

