



Гукасян Т.А. /

Примерное 10-дневное меню весенне - летний период МБДОУ «Детский сад» д.Фалилеево

Понедельник 1 день	Вторник 2 день	Среда 3 день	Четверг 4 день	Пятница 5 день
ЗАВТРАК 1. Каша молочная манная (№90) выход 150/200 2. Кофейный напиток (№395), булка с маслом (№1) выход 150/200 35/40 5	ЗАВТРАК 1. Каша молочная гречневая (№86) выход 150/200 2. Какао (№397), Булка с маслом(№1) выход 150/200 35/40 5	ЗАВТРАК 1. Каша молочная пшеничная (№98) выход 150/200 2. Коф. Напиток (№395), Булка с маслом и сыром(№1) выход 150/200 35/40 5	ЗАВТРАК 1. Омлет выход 150/200 2. Какао (№397), Булка с маслом(№1) выход 150/200 35/40 5	ЗАВТРАК 1. Каша рисовая молочная (№96) выход 150/200 2. Коф. Напиток (№395), Булка с маслом и сыром(№1) выход 150/200 35/40 5
2 ЗАВТРАК 1. Молоко пастер., печенье выход 100/30	2 ЗАВТРАК 1. Сок/ Молоко паст., Печенье, сушки, пряники выход 100/150 30	2 ЗАВТРАК 1. Фрукт выход 90/95	2 ЗАВТРАК 1. Йогурт выход 100/150	2 ЗАВТРАК 1. Фрукт выход 90/95
ОБЕД 1. Суп гороховый с сухариками (№36) выход 150/200 25/30 2. Голубцы ленивые (№151), помидор свежий выход 150/200 30 3. Компот (№240), хлеб выход 150/180 40/50	ОБЕД 1. Щи (№67) выход 150/200 2. Гуляш из мяса (№), макарон (№194), Салат из свежих огурцов (№13) выход 70/80 100/110 30 3. Компот(№240), хлеб выход 150/180 40/50	ОБЕД 1. Свекольник (№58) выход 150/200 2. Печень по-строгановски, карт. пюре выход 70/80 100/110 3. Компот(№240), хлеб выход 150/180 40/50	ОБЕД 1. Суп рыбный (№41) выход 150/200 2. Биточки мясные(№282), тушен. капуста (№336) выход 70/80 120/130, 3. Компот(№240), хлеб выход 150/180 40/50	ОБЕД 1. Суп овощной (№35) выход 150/200 2. Картофельно-мясная запеканка, салат из огурцов и помидор(№15) выход 150/180 30 3. Компот(№240), хлеб выход 150/180 40/50
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК 1. Запеканка картофельно-рыбная со сметаной выход 120/130 15/18 2. Компот из сухофруктов, булка выход 150/200 35/40	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК 1. Оладьи с повидлом (№449) выход 110/130, 2. Чай (№263) выход 150/200	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК 1. Запеканка творожная со сгущенкой выход 110/120 5/5 2. Компот из сухофруктов выход 150/200	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК 1. Макароны запеченные с сыром, салат витаминный выход 100/110 10 30 2. Чай (№263), булка (№) выход 150/200 35/40	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК 1. Булочка, яйцо/пирожок скапустой выход 80/40 2. Чай, выход 150/150



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ

Гукасян Т.А.

Примерное 10-дневное меню весенне - летний период МБДОУ «Детский сад» д.Фалилеево

Понедельник 6 день	Вторник 7 день	Среда 8 день	Четверг 9 день	Пятница 10 день
ЗАВТРАК 1. Каша молочная геркулесовая (№93) Выход 150/200 2. Кофейный напиток (№395)/ Чай (№263), булка с маслом (№1) Выход 150/200 35/40 5	ЗАВТРАК 1. Каша молочная ассорти Выход 150/200 2. Коф. Напиток (№395), Булка с маслом и сыром(№1) Выход 150/200 35/40 5 10	ЗАВТРАК 1. Каша молочная ячневая (№99) Выход 150/200 2. Какао (№397), Булка с маслом(№1) Выход 150/200 35/40 5	ЗАВТРАК 1. Каша молочная пшеничная Выход 150/200 2. Какао (№397) /Чай (№263), Булка с маслом(№1) Выход 150/200 35/40 5	ЗАВТРАК 1. Каша молочная рисовая(№98) Выход 150/200 2. Коф. Напиток (№395), Булка с маслом и сыром(№1) Выход 150/200 35/40 5 10
2 ЗАВТРАК 1. Фрукт Выход 90/95	2 ЗАВТРАК 1. Сов/ Молоко паст., Печенье, сушки, пряники Выход 100/150 30	2 ЗАВТРАК 1. Ряженка Выход 100/150	2 ЗАВТРАК 1. Фрукт Выход 90/95	2 ЗАВТРАК 1. Молоко паст., печенье, сушки, пряники Выход 100/150 30
ОБЕД 1. Суп фасолевый (№52) Выход 150/200 2. Котлеты(№282), картоф. пюре(№206), горошек. Консерв Выход 70/80 120/130 30 3. Компот(№240), хлеб Выход 150/180 40/50	ОБЕД 1. Суп с клецками Выход 150/200 2. Бефстроганов (№93), греча (№186) Выход 70/80 100/110 3. Компот(№240), хлеб Выход 150/180 40/50	ОБЕД 1. Рассольник (№73) Выход 150/200 2. Тефтели, свекл. тушен Выход 70/80 90/100, 3. Компот(№240), хлеб Выход 150/180 40/50	ОБЕД 1. Суп борщ вегетарианский (№43) Выход 150/200 2. Биточки рыбные(№134), карто. пюре (№206), салат из свежих огурцов и помидор(№15) Выход 70/80 120/130 30 3. Компот(№240), хлеб Выход 150/180 40/50	ОБЕД 1. Суп крестьянский с пшеном (№ 42) Выход 150/200 2. Капуста тушеная с лопаткой Выход 150/180 3. Компот (№240), хлеб Выход 150/180 40/50
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК 1. Блины с повидлом Выход 100/110 30 2. Компот Выход 150/200	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК 1. Запеканка овощная (№62), со сметаной, Салат из свежих овощей Выход 120/130 15/18 30 2. Чай(№263) Выход 150/200	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК 1. Сырники(№231), стущ. молоко Выход 110/120 10, 2. Чай(№263) Выход 150/200	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК 1. Омлет Выход 100/110 3. Компот, булка Выход 150/200 35/40	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК 1. Оладьи из печени варен. свекла Выход 70/80 90/100 2. Чай(№263), булка Выход 150/200 35/40