

УТВЕРЖДЕНО
Приказом от 27.11.2019 г. № 108
Заведующий МБДОУ № 6
«ЦРР – детский сад»
_____ **Л.Н. Гаврилова**

ПРИМЕРНОЕ 10 – ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ
МБДОУ № 6 « ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – ДЕТСКИЙ САД»

| | Понедельник | Выход | | Вторник | Выход | | Среда | Выход | |
|----------------|-------------------------------------|-----------|-----------|-------------------------------------|-----------|-----------|--|-----------|-----------|
| | 1 | ясли | сад | 2 | ясли | сад | 3 | ясли | сад |
| Завтрак | Омлет с маслом (ясли) Яйцо (сад) | 100\4 | 1 шт | Каша ассорти с маслом | 150\4 | 200\5 | Каша рисовая с маслом | 150\4 | 200\5 |
| | Кофейный напиток с молоком | 150 | 200 | Чай | 150 | 200 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 200 |
| | Булка с маслом | 30\4 | 40\5 | Булка с маслом | 30\4 | 40\5 | Булка с маслом | 30\4 | 40\5 |
| | Сыр | 7 | 9 | | | | | | |
| Обед | Суп фасолевый | 150 | 200 | Суп гречневый | 150 | 200 | Свекольник | 150 | 200 |
| | Ежики мясные Подлива | 160 25 | 180 30 | Котлета рыбная Картофельное пюре | 55 120 | 60 130 | Сложный гарнир Сосиска | 160 50 | 180 60 |
| | Огурец (свежий/соленый) | 40 | 50 | Салат из свеклы | 40 | 50 | | | |
| | Хлеб | 32 | 40 | Хлеб | 32 | 40 | Хлеб | 32 | 40 |
| | Компот | 150 | 200 | Компот | 150 | 180 | Компот | 150 | 200 |
| Полдник | Молоко, гренки (вафли, печенье) | 100\10 | 100\15 | Фрукты | 85 | 100 | Ряженка | 100 | 100 |
| Ужин | Каша манная | 150 | 200 | Макароны с сыром | 160 | 180 | Творожные палочки со сладкой подлив. | 100\20 | 110\25 |
| | Чай | 150 | 200 | Чай | 150 | 200 | Чай | 150 | 200 |
| | Булка | 20 | 25 | Булка | 20 | 40 | | | |

| | Четверг | Выход | | Пятница | Выход | |
|----------------|--|-----------------|-----------------|--|-----------|-----------|
| | 4 | ясли | сад | 5 | ясли | сад |
| Завтрак | Каша манная с маслом | 150/4 | 200/5 | Каша «Дружба» с маслом | 150/4 | 200/5 |
| | Кофейный напиток с молоком | 150 | 200 | Какао | 150 | 200 |
| | Булка с маслом | 30/4 | 40/5 | Булка с маслом | 30/4 | 40/5 |
| | | | | Сыр | 7 | 9 |
| Обед | Суп рыбный со сметаной | 150 | 200 | Суп овощной со сметаной | 150 | 200 |
| | Котлета мясная с макаронами Подлива | 55 120 25 | 60 130 30 | Бефстроганов с гречкой | 70 120 | 80 130 |
| | Салат из капусты (квашеной/свежей) | 40 | 50 | Помидор (свежий)/огурец (свежий/соленый) | 25 | 30 |
| | Хлеб | 32 | 40 | Хлеб | 32 | 40 |
| | Компот | 150 | 200 | Компот | 150 | 200 |
| Полдник | Фрукты | 85 | 100 | Молоко (ясли) Сок (сад) | 100 | 100 |
| | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 100 20 | 110 25 | Выпечка | 100 | 120 |
| | Чай | 150 | 200 | Чай | 150 | 200 |
| | Булка | 20 | 30 | | | |

| | Понедельник | Выход | | Вторник | Выход | | Среда | Выход | |
|----------------|----------------------------|--------|--------|--|-----------|-----------|---------------------------------------|--------|--------|
| | 1 | ясли | сад | 2 | ясли | сад | 3 | ясли | сад |
| Завтрак | Каша геркулесовая с маслом | 150/4 | 200/5 | Каша пшеничная с маслом | 150/4 | 200/5 | Каша кукурузная с маслом | 150 | 200 |
| | Чай | 150 | 200 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 200 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 200 |
| | Булка с маслом | 30\4 | 40\5 | Булка с маслом | 30/4 | 40/5 | Булка с маслом | 30\4 | 40\5 |
| | Сыр | 7 | 9 | | | | Сыр | 7 | 9 |
| Обед | Суп гороховый с гренками | 150 | 200 | Борщ со сметаной | 150 | 200 | Суп вермишелевый | 150 | 200 |
| | Гуляш с макаронами | 70/120 | 80/130 | Рыбное соте с картофельным пюре | 70 120 | 80 130 | Ленивые голубцы | 160 | 180 |
| | Салат из свеклы | 40 | 50 | Помидор (свежий)/огурец (свежий/соленый) | 25 | 30 | | | |
| | Хлеб | 32 | 40 | Хлеб | 32 | 40 | | | |
| | Компот | 150 | 200 | Компот | 150 | 200 | Хлеб | 32 | 40 |
| | | | | | | | Компот | 150 | 200 |
| Полдник | Фрукты | 85 | 100 | Молоко (ясли) Сок (сад) | 100 | 100 | Фрукты | 85 | 100 |
| Ужин | Овощи тушеные | 160 | 180 | Омлет с кукурузой (зеленым горошком) | 100/25 | 120/25 | Картофельные зразы с мясом Подлива | 100/20 | 120/25 |
| | Кофейный напиток с молоком | 150 | 200 | Чай | 150 | 200 | Чай | 150 | 200 |
| | Булка | 20 | 30 | Булка | 25 | 30 | Булка | 20 | 30 |

| | Четверг | Выход | | Пятница | Выход | |
|----------------|---|----------|-----------|---|-----------|-----------|
| | 4 | ясли | сад | 5 | ясли | сад |
| Завтрак | Суфле творожное со сметанно-масляной подливой | 100/20 | 120/25 | Каша пшеничная с молоком и маслом | 150/4 | 200/5 |
| | Какао | 150 | 200 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 200 |
| | Булка с маслом | 30\4 | 40\5 | Булка с маслом | 30\4 | 40\5 |
| | | | | Сыр | 7 | 9 |
| Обед | Суп рассольник со сметаной | 150 | 200 | Щи со сметаной | 150 | 200 |
| | Картофель тушеный с мясом | 160 | 180 | Котлета куриная «Солнышко» с рисом и подливой | 55\120/25 | 60\130/30 |
| | Салат из капусты (квашеной/свежей) | 40 | 50 | Помидор (свежий)/огурец (свежий/соленый) | 25 | 30 |
| | Хлеб | 30 | 40 | Хлеб | 32 | 40 |
| | Компот | 150 | 200 | Кисель | 150 | 200 |
| Полдник | Молоко, гренки (печенье, вафли) | 85 20 | 100 25 | Фрукты | 100/20 | 100/25 |
| Ужин | Каша гречневая молочная с маслом | 150/4 | 200/5 | Выпечка | 100 | 120 |
| | Булка | 20 | 25 | | | |
| | Чай | 150 | 200 | Чай | 150 | 200 |

