

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

**Меню на первый день – сад
(с 3 до 8 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
200гр	Каша молочная манная жидкая с маслом	140Ккал
200 г	Чай с сахаром, с лимоном	54 Ккал
30 гр	Пряник пром. пр-ва	144 Ккал
430гр	ИТОГО	338 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Напиток из шиповника	51 Ккал
ОБЕД:		
220гр	Суп из овощей с мясом	116Ккал
80гр	Бефстроганов из отварного мяса	250 Ккал
100гр	Каша гречневая рассыпч. с маслом	162 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
200гр	Кисель из джема	110 Ккал
690гр	ИТОГО	774 Ккал
ПОЛДНИК:		
150гр	Птица тушеная в соусе с овощами	413 Ккал
200гр	Какао с молоком	158 Ккал
30гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
360гр	ИТОГО:	648 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1811 Ккал

**Меню на первый день – ясли
(с 1,5 до 3 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
150гр	Каша молочная манная жидкая с маслом	105Ккал
150 г	Чай с сахаром, с лимоном	41 Ккал
30 гр	Пряник пром. пр-ва	144 Ккал
330гр	ИТОГО	290 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Напиток из шиповника	51 Ккал
ОБЕД:		
170гр	Суп из овощей с мясом	90Ккал
80гр	Бефстроганов из отварного мяса	250 Ккал
100гр	Каша гречневая рассыпч.с маслом	162 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
150гр	Кисель из джема	83 Ккал
540гр	ИТОГО	672 Ккал
ПОЛДНИК:		
150гр	Птица тушеная в соусе с овощами	413 Ккал
150гр	Какао с молоком	119 Ккал
30гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
330гр	ИТОГО:	609Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1622 Ккал

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

**Меню на 2 день – сад
(с 3 до 8 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
5 гр	Масло сливочное порционное	37Ккал
150гр	Запеканка из творога	288Ккал
20 гр	Сгущенное молоко	49 Ккал
200 г	Чай с сахаром	64 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
405гр	ИТОГО	515 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Сок пром.пр-ва	42 Ккал
ОБЕД:		
230гр	Рассольник «Ленинградский» с мясом, со сметаной	170 Ккал
100гр	Колбаска «Малышок»	233 Ккал
130гр	Картофельное пюре	110 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
200гр	Компот из сухофруктов	150 Ккал
730гр	ИТОГО	782Ккал
ПОЛДНИК:		
150гр	Каша Боярская (из пшена с изюмом)	330 Ккал
200гр	Чай с сахаром, молоком	102 Ккал
350гр	ИТОГО:	432 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1771 Ккал

**Меню на 2 день – ясли
(с 1,5 до 3 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
5 гр	Масло сливочное порционное	37Ккал
150гр	Запеканка из творога	288Ккал
20 гр	Сгущенное молоко	49 Ккал
150 г	Чай с сахаром 150/200 гр	64 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
355гр	ИТОГО	515 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Сок пром.пр-ва	42 Ккал
ОБЕД:		
50 гр	Икра кабачковая САД	32 Ккал
180гр	Рассольник «Ленинградский» с мясом, со сметаной 180/230 гр	136 Ккал
100гр	Колбаска «Малышок»	233 Ккал
130гр	Картофельное пюре	110 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
150гр	Компот из сухофруктов 150/220г	113 Ккал
600гр	ИТОГО	679Ккал
ПОЛДНИК:		
150гр	Каша Боярская (из пшена с изюмом)	330Ккал
150гр	Чай с сахаром, молоком 150/200 гр	186 Ккал
300гр	ИТОГО:	272 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1771/1678 Ккал

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

**Меню на 3 день – сад
(с 3 до 8 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
5гр	Масло сливочное порционное	37Ккал
200гр	Суп молочный с макарон. изделия.	158 Ккал
200 г	Кофейный напиток на молоке	158Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
450гр	ИТОГО	445 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Сок пром.пр-ва	42 Ккал
ОБЕД:		
50гр	Огурец свежий	7 Ккал
220гр	Суп картофельный с яйцом, с мясом	164Ккал
150гр	Голубцы «Любительские»	194 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
200гр	Компот из изюма	104 Ккал
660гр	ИТОГО	556 Ккал
ПОЛДНИК:		
200гр	Молоко кипяченое	126 Ккал
70 гр	Ватрушка с творогом	176 Ккал
370гр	ИТОГО:	446 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1489 Ккал

**Меню на 3 день – ясли
(с 1,5 до 3 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
150гр	Суп молочный с макарон. изделия.	119 Ккал
150 г	Кофейный напиток на молоке	119 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
350гр	ИТОГО	382 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Сок пром.пр-ва	42 Ккал
ОБЕД:		
50гр	Огурец свежий	7 Ккал
170гр	Суп картофельный с яйцом, с мясом	127Ккал
150гр	Голубцы «Любительские»	194 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
150гр	Компот из изюма	78 Ккал
510гр	ИТОГО	486 Ккал
ПОЛДНИК:		
150гр	Молоко кипяченое	95 Ккал
70 гр	Ватрушка с творогом	176 Ккал
320гр	ИТОГО:	415 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1325 Ккал

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

**Меню на 4 день – сад
(с 3 до 8 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
5гр	Масло сливочное порционное	37Ккал
200гр	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	158Ккал
200 г	Чай с сахаром, молоком	122 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
435гр	ИТОГО	394 Ккал
<i>2 ЗАВТРАК:</i>		
100гр	Сок промышленного производства	43 Ккал
<i>ОБЕД:</i>		
50 гр	Помидор свежий	7Ккал
230гр	Свекольник с мясом, сметаной	262Ккал
80гр	Шницель рыбный натуральный	150 Ккал
150гр	Пюре «Розовое»	101 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
200гр	Компот из сухофруктов	130Ккал
730гр	ИТОГО	734Ккал
<i>ПОЛДНИК:</i>		
80гр	Котлета «Разноцветная мозаика»	266 Ккал
200гр	Чай с сахаром, лимоном	45 Ккал
30гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
330гр	ИТОГО:	388Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1559 Ккал

**Меню на 4 день - ясли
(с 1, 5 до 3 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
5гр	Масло сливочное порционное	37Ккал
150гр	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	119Ккал
150 г	Чай с сахаром, молоком	92 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
335гр	ИТОГО	325 Ккал
<i>2 ЗАВТРАК:</i>		
100гр	Сок промышленного производства	43 Ккал
<i>ОБЕД:</i>		
50гр	Помидор свежий	7 Ккал
190гр	Свекольник с мясом, сметаной	205Ккал
80гр	Шницель рыбный натуральный	150 Ккал
100гр	Пюре «Розовое»	78 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
150гр	Компот из сухофруктов	98 Ккал
610гр	ИТОГО	618Ккал
<i>ПОЛДНИК:</i>		
100гр	Котлета «Разноцветная мозаика»	266 Ккал
150гр	Чай с сахаром, лимоном	40 Ккал
30гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
280гр	ИТОГО:	383Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1369 Ккал

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

**Меню на 5 день – сад
(с 3 до 8 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
5гр	Масло сливочное порционное	37Ккал
200гр	Каша молочная ячневая жидкая с маслом	144Ккал
200 г	Кофейный напиток на молоке	158 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
435гр	ИТОГО	416 Ккал
<i>2 ЗАВТРАК:</i>		
100гр	Сок яблочный промыш. про- дства	46 Ккал
<i>ОБЕД:</i>		
50 гр	Салат из свежей капусты	70 ккал
230гр	Суп с крупой и мясными фрикадельками	212Ккал
80гр	Котлеты рубленые из птицы	188 Ккал
130гр	Картофельное пюре	123 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
200гр	Напиток яблочный	108 Ккал
730гр	ИТОГО	769Ккал
<i>ПОЛДНИК:</i>		
200гр	Напиток кисломолочный «Ряженка»	168 Ккал
60гр	Булочка творожная	196 Ккал
210гр	ИТОГО:	364Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1595 Ккал

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

**Меню на 5 день - ясли
(с 1,5 до 3 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
5гр	Масло сливочное порционное	37Ккал
150гр	Каша молочная ячневая жидкая с маслом	108Ккал
150 г	Кофейный напиток на молоке	119 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
335гр	ИТОГО	341 Ккал
<i>2 ЗАВТРАК:</i>		
100гр	Сок яблочный промыш. про- дства	70 ккал
<i>ОБЕД:</i>		
50 гр	Салат из свежей капусты	70 ккал
180гр	Суп с крупой и мясными фрикадельками	166Ккал
80гр	Котлеты рубленые из птицы	188 Ккал
100гр	Картофельное пюре	95 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
150гр	Напиток яблочный	81 Ккал
600гр	ИТОГО	668Ккал
<i>ПОЛДНИК:</i>		
150гр	Напиток кисломолочный «Ряженка»	126 Ккал
60гр	Пирожок печеный сдобный из дрожжевого теста с творогом	196 Ккал
210гр	ИТОГО:	322Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1377 Ккал

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

**Меню на 6 день – сад
(с 3 до 8 лет) 2020 г.**

**Меню на 6 день – ясли
(с 1, 5 до 3 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
200гр	Каша гречневая рассыпчатая в молоке с маслом	212 Ккал
200 г	Чай с сахаром, с лимоном	71 Ккал
30 гр	Вафли пром. пр-ва	144 Ккал
430гр	ИТОГО	427 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Напиток из шиповника	51 Ккал
ОБЕД:		
220гр	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	160Ккал
70гр	Гуляш из отварной говядины	248Ккал
100гр	Макаронные изделия отварные с маслом	95 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
200гр	Кисель из джема ягодного	110 Ккал
710гр	ИТОГО	778 Ккал
ПОЛДНИК:		
150гр	Рагу овощное	146Ккал
200гр	Чай с сахаром, с молоком	135 Ккал
30гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
380гр	ИТОГО:	358 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1536 Ккал

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
150гр	Каша гречневая рассыпчатая в молоке с маслом	212 Ккал
150 г	Чай с сахаром, с лимоном	71 Ккал
30 гр	Вафли пром. пр-ва	144 Ккал
430гр	ИТОГО	427 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Напиток из шиповника	51 Ккал
ОБЕД:		
170гр	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	160Ккал
70гр	Гуляш из отварной говядины	248Ккал
100гр	Макаронные изделия отварные с маслом	95 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
150гр	Кисель из джема ягодного	110 Ккал
530гр	ИТОГО	778 Ккал
ПОЛДНИК:		
150гр	Рагу овощное	146Ккал
150гр	Чай с сахаром, с молоком	135 Ккал
30гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
330гр	ИТОГО:	358 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1536 Ккал

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

**Меню на 7 день – сад
(с 3 до 8 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
5 гр	Масло сливочное порционное	37 Ккал
150гр	Макароны, запеченные с сыром	261 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
200 г	Какао с молоком	175 Ккал
385гр	ИТОГО	550 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Сок	46 Ккал
ОБЕД:		
50гр	Огурец свежий	4 Ккал
220гр	Суп молочный с овощами	110Ккал
70гр	Оладьи из печени	154Ккал
130гр	Картофельное пюре	110 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
200гр	Компот из свежих плодов	108 Ккал
690гр	ИТОГО	573 Ккал
ПОЛДНИК:		
120гр	Сырники из творога	300Ккал
20 г	Соус сметанный	24 Ккал
200гр	Чай с сахаром, с лимоном	64 Ккал
340гр	ИТОГО:	388 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1557 Ккал

**Меню на 7 день – ясли
(с 1,5 до 3 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
5 гр	Масло сливочное порционное	37 Ккал
150гр	Макароны, запеченные с сыром	261 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
150гр	Какао с молоком	175 Ккал
385гр	ИТОГО	550 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Сок	46 Ккал
ОБЕД:		
50гр	Огурец свежий	4 Ккал
150гр	Суп молочный с овощами	110Ккал
70гр	Оладьи из печени	154Ккал
100гр	Картофельное пюре	110 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
150гр	Компот из сухофруктов	108 Ккал
540гр	ИТОГО	573 Ккал
ПОЛДНИК:		
120гр	Сырники из творога	300Ккал
20 г	Соус сметанный	24 Ккал
150гр	Чай с сахаром, с лимоном	64 Ккал
340гр	ИТОГО:	388 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1557 Ккал

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

**Меню на 8 день – сад
(с 3 до 8 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
5 гр	Масло сливочное порционное	37 Ккал
150гр	Омлет натуральный	232 Ккал
200 г	Кофейный напиток на молоке	176 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
385гр	ИТОГО	522 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Банан	42 Ккал
ОБЕД:		
50 гр	Свежий помидор	12 ккал
220гр	Суп крестьянский с птицей	163Ккал
100гр	Шницель рыбный натуральный	145Ккал
130гр	Пюре «Розовое»	78Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
200гр	Компот из сухофруктов	103 Ккал
690гр	ИТОГО	629 Ккал
ПОЛДНИК:		
200гр	Молоко кипяченое	126 Ккал
80гр	Ватрушка с повидлом	234 Ккал
240гр	ИТОГО:	360 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1655 Ккал

**Меню на 8 день – ясли
(с 1,5 до 3 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
5 гр	Масло сливочное порционное	37 Ккал
150гр	Омлет натуральный	232 Ккал
150 г	Кофейный напиток на молоке	176 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
335гр	ИТОГО	522 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Банан	42 Ккал
ОБЕД:		
50 гр	Свежий помидор	12 ккал
170гр	Суп крестьянский с птицей	163Ккал
100гр	Шницель рыбный натуральный	145Ккал
100гр	Пюре «Розовое»	78Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
150гр	Компот из сухофруктов	103 Ккал
610гр	ИТОГО	629 Ккал
ПОЛДНИК:		
150гр	Молоко кипяченое	126 Ккал
80гр	Ватрушка с повидлом	234 Ккал
240гр	ИТОГО:	360 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1495 Ккал

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

**Меню на 9 день – сад
(с 3 до 8 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
20 гр	Сыр порционный	37 Ккал
200гр	Каша молочная «Дружба» жидкая с маслом	210 Ккал
200 г	Чай с сахаром, молоком	136 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
435гр	ИТОГО	460 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Сок яблочный промышлен. пр-ва	46 Ккал
ОБЕД:		
230гр	Борщ с капустой и картофелем, с мясом, сметаной	140Ккал
70гр	Котлета мясная	170Ккал
130гр	Овощи, припущенные с маслом (кабачки)	110Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
200гр	Кисель из джема ягодного	154 Ккал
670гр	ИТОГО	661 Ккал
ПОЛДНИК:		
100гр	Биточки рыбные по-домашнему	151 Ккал
200гр	Чай с сахаром, с лимоном	72 Ккал
30гр	Хлеб пшеничный	77Ккал
330гр	ИТОГО:	300 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1467 Ккал

**Меню на 9 день - ясли
(с 1,5 до 3 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
20 гр	Сыр порционный	37 Ккал
150гр	Каша молочная «Дружба» жидкая с маслом	210 Ккал
150 г	Чай с сахаром, молоком	136 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
355гр	ИТОГО	460 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Сок яблочный промышлен. пр-ва	46 Ккал
ОБЕД:		
180гр	Борщ с капустой и картофелем, с мясом, сметаной	140Ккал
70гр	Котлета мясная	170Ккал
100гр	Овощи, припущенные с маслом (кабачки)	110Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
150гр	Кисель из джема ягодного	154 Ккал
540гр	ИТОГО	661 Ккал
ПОЛДНИК:		
100гр	Биточки рыбные по-домашнему	151 Ккал
150гр	Чай с сахаром, с лимоном	72 Ккал
30гр	Хлеб пшеничный	77Ккал
330гр	ИТОГО:	300 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1262 Ккал

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

**Меню на 10 день – сад
(с 3 до 8 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
5 гр	Масло сливочное порционное	37 Ккал
200гр	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом	170 Ккал
200 г	Чай с сахаром, молоком	136 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
435гр	ИТОГО	420Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Сок промышл.пр-ва	46 Ккал
ОБЕД:		
50 гр	Огурец свежий	51 Ккал
230гр	Щи из свежей капусты, с карт. сметаной, с мясом	96 Ккал
80гр	Биточки рубленые из курицы	197Ккал
130гр	Пюре картофельное	110Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
200гр	Напиток яблочный	120 Ккал
730гр	ИТОГО	661 Ккал
ПОЛДНИК:		
60гр	Пирожок печеный сдобный из дрожжевого теста с творогом	176 Ккал
200гр	Кисломолочн. напиток «Снежок»	171 Ккал
260гр	ИТОГО:	347Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1474 Ккал

**Меню на 10 день – ясли
(с 1,5 до 3 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
5 гр	Масло сливочное порционное	37 Ккал
150гр	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом	170 Ккал
150 г	Чай с сахаром, молоком	136 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
335гр	ИТОГО	420Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Сок промышл.пр-ва	46 Ккал
ОБЕД:		
50 гр	Огурец свежий	51 Ккал
180гр	Щи из свежей капусты, с карт. сметаной, с мясом	96 Ккал
80гр	Биточки рубленые из курицы	197Ккал
100гр	Пюре картофельное	110Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
150гр	Напиток яблочный	120 Ккал
600гр	ИТОГО	661 Ккал
ПОЛДНИК:		
60гр	Пирожок печеный сдобный из дрожжевого теста с творогом	176 Ккал
150гр	Кисломолочн. напиток «Снежок»	171 Ккал
210гр	ИТОГО:	347Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1347 Ккал

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

**Меню на 11 день – сад
(с 3 до 8 лет) 2020 г**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
200гр	Каша молочн. из хлопьев овсяных «Геркулес» жид. с маслом	186 Ккал
200 г	Чай с сахаром, с лимоном	71 Ккал
30 гр	Пряник пром. пр-ва	108 Ккал
430гр	ИТОГО	365 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Напиток из шиповника	51 Ккал
ОБЕД:		
220гр	Суп картофельный с зеленым горошком с мясом	122Ккал
80гр	Гуляш	299 Ккал
130гр	Картофельное пюре	123Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
200гр	Компот из свежих плодов	103 Ккал
720гр	ИТОГО	784 Ккал
ПОЛДНИК:		
130гр	Овощи с рисом	201 Ккал
200гр	Чай с сахаром, с молоком	136 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
360гр	ИТОГО:	414 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1614 Ккал

**Меню на 11 день – ясли
(с 1,5 до 3 лет) 2020 г.**

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
150гр	Каша молочн. из хлопьев овсяных «Геркулес» жид. с маслом	186 Ккал
150 г	Чай с сахаром, с лимоном	71 Ккал
30 гр	Пряник пром. пр-ва	108 Ккал
330гр	ИТОГО	365 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Напиток из шиповника	51 Ккал
ОБЕД:		
170гр	Суп картофельный с зеленым горошком с мясом	122Ккал
80гр	Гуляш	299 Ккал
100гр	Картофельное пюре	123Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
150гр	Компот из свежих плодов	103 Ккал
540гр	ИТОГО	784 Ккал
ПОЛДНИК:		
100гр	Овощи с рисом	201 Ккал
150гр	Чай с сахаром, с молоком	136 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
280гр	ИТОГО:	414 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1465 Ккал

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Меню на 12 день - сад (с 3 до 8лет) 2020 г.

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
5 гр	Масло сливочное порционное	37 Ккал
150гр	Пудинг из творога с изюмом	360 Ккал
20 гр	Соус сметанный	24 Ккал
200 г	Какао с молоком	158 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	108 Ккал
405гр	ИТОГО	640 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Сок яблочный пром.пр-ва	46 Ккал
ОБЕД:		
50 гр	Помидор свежий	49 Ккал
220гр	Бульон куриный с гречками и курицей	120Ккал
80гр	Котлета	167Ккал
130гр	Картофель тушеный	93 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
200гр	Компот из сухофруктов	125 Ккал
720гр	ИТОГО	641 Ккал
ПОЛДНИК:		
200гр	Каша Янтарная (из пшена с яблоком)	280 Ккал
200гр	Чай с сахаром, с молоком	122 Ккал
400гр	ИТОГО:	402 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1729 Ккал

Меню на 12 день – ясли (с 1,5 до 3лет) 2020

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
5 гр	Масло сливочное порционное	37 Ккал
150гр	Пудинг из творога с изюмом	360 Ккал
20 гр	Соус сметанный	24 Ккал
150 г	Какао с молоком	119 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	108 Ккал
355гр	ИТОГО	648 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Сок яблочный пром.пр-ва	46 Ккал
ОБЕД:		
50 гр	Помидор свежий	49 Ккал
170гр	Бульон куриный с гречками и курицей	120Ккал
80гр	Котлета	167 Ккал
100гр	Картофель тушеный	93 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
150гр	Компот из сухофруктов	125 Ккал
590гр	ИТОГО	592 Ккал
ПОЛДНИК:		
150гр	Каша Янтарная (из пшена с яблоком)	210 Ккал
150гр	Чай с сахаром, с молоком	92 Ккал
300гр	ИТОГО:	302 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1542 Ккал

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Меню на 13 день – сад (с 3-8 лет) 2020 г.

Выход блюда	ЗАВТРАК:	Энергетическая ценность
20 гр	Сыр порционный	100 Ккал
200гр	Суп молочный с крупой	110 Ккал
200 г	Кофейный напиток на молоке	119 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
460гр	ИТОГО	406 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Банан	51 Ккал
ОБЕД:		
50 гр	Свежий огурец	7 Ккал
220гр	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	110 Ккал
80гр	Тефтели из птицы	195 Ккал
130гр	Картофельное пюре	130ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
200гр	Сок	46 Ккал
720гр	ИТОГО	618 Ккал
ПОЛДНИК:		
200 г	Молоко кипяченое	126 Ккал
60 гр	Пирожок печеный с яблоками	176 Ккал
230гр	ИТОГО:	302 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1377 Ккал

Меню на 13 день – ясли (с 1,5-3 лет) 2020

Выход блюда	ЗАВТРАК:	Энергетическая ценность
20 гр	Сыр порционный	100 Ккал
150гр	Суп молочный с крупой	110 Ккал
150 г	Кофейный напиток на молоке	119 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
350гр	ИТОГО	406 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Банан	51 Ккал
ОБЕД:		
50 гр	Свежий огурец	7 Ккал
170гр	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	110 Ккал
80гр	Тефтели из птицы	195 Ккал
100гр	Картофельное пюре	130ккал
150гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
100гр	Сок	46 Ккал
650гр	ИТОГО	618 Ккал
ПОЛДНИК:		
150 г	Молоко кипяченое	126 Ккал
60 гр	Пирожок печеный с яблоками	176 Ккал
210гр	ИТОГО:	302 Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1321 Ккал

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Меню на 14 день – сад (с 3 до 8 лет) 2020 г.

Выход блюда	ЗАВТРАК:	Энергетическая ценность
5 гр	Масло сливочное порционное	37 Ккал
200гр	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	119 Ккал
200гр	Чай с сахаром, молоком	122 Ккал
30гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
385гр	ИТОГО	411 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Сок промышленного пр-ва	46 Ккал
ОБЕД:		
230гр	Борщ с фасолью, с мясом, со сметаной	142 Ккал
80гр	Шницель	250 Ккал
150гр	Овощи, припущенные с маслом (капуста)	80 Ккал
40 гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
200гр	Компот из свежих плодов	83 Ккал
700гр	ИТОГО	642 Ккал
ПОЛДНИК:		
100гр	Котлеты рыбные «Любительские»	100 Ккал
200гр	Чай с сахаром	54 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
330гр	ИТОГО:	231Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1330 Ккал

Меню на 14 день – ясли (с 1,5 до 3 лет) 2020

Выход блюда	ЗАВТРАК:	Энергетическая ценность
5 гр	Масло сливочное порционное	37 Ккал
150гр	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	119 Ккал
150гр	Чай с сахаром, молоком	122 Ккал
30гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
335гр	ИТОГО	411 Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Сок промышленного пр-ва	46 Ккал
ОБЕД:		
180гр	Борщ с фасолью, с мясом, со сметаной	142 Ккал
80гр	Шницель	250 Ккал
100гр	Овощи, припущенные с маслом (капуста)	80 Ккал
40 гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
150гр	Компот из свежих плодов	83 Ккал
550гр	ИТОГО	642 Ккал
ПОЛДНИК:		
100гр	Котлеты рыбные «Любительские»	100 Ккал
150гр	Чай с сахаром	54 Ккал
30 гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
280гр	ИТОГО:	231Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1246 Ккал

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Утверждено:
Заведующий МДОУ
Ю.В.Таланина

Меню на 15 день – сад (с 3 до 8 лет) 2020 г.

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
5 гр	Масло сливочное порционное	37 Ккал
150гр	Омлет натуральный с сыром	335 Ккал
200гр	Кофейный напиток на молоке	158 Ккал
30гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
385гр	ИТОГО	607Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Сок пром. пр-ва	46 Ккал
ОБЕД:		
50 гр	Салат из свежей капусты	70 ккал
220гр	Суп картофельный с рыбой	96 Ккал
80гр	Тефтели мясные	184 Ккал
130гр	Картофель тушеный	121 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
200гр	Компот из сухофруктов	150 Ккал
720гр	ИТОГО	689 Ккал
ПОЛДНИК:		
200гр	Кисломолочный напиток «Кефир»	126 Ккал
60 гр	Ватрушка с повидлом	176Ккал
260гр	ИТОГО:	302Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1644 Ккал

Меню на 15 день – ясли (с 1,5 до 3 лет) 2020

<i>Выход блюда</i>	<i>ЗАВТРАК:</i>	<i>Энергетическая ценность</i>
5 гр	Масло сливочное порционное	37 Ккал
150гр	Омлет натуральный с сыром	335 Ккал
150гр	Кофейный напиток на молоке	158 Ккал
30гр	Хлеб пшеничный	77 Ккал
335гр	ИТОГО	607Ккал
2 ЗАВТРАК:		
100гр	Сок пром. пр-ва	46 Ккал
ОБЕД:		
50 гр	Салат из свежей капусты	70ккал
170гр	Суп картофельный с рыбой	96 Ккал
80гр	Тефтели мясные	184 Ккал
100гр	Картофель тушеный	121 Ккал
40гр	Хлеб ржаной	87 Ккал
150гр	Компот из сухофруктов	150 Ккал
590гр	ИТОГО	689 Ккал
ПОЛДНИК:		
150гр	Кисломолочный напиток «Кефир»	126 Ккал
60 гр	Ватрушка с повидлом	176Ккал
210гр	ИТОГО:	302Ккал
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1567 Ккал

