

Десятидневное меню МАДОУ « Детский сад № 21 »

7 день

Завтрак

- Хлеб с сыром 20/15
- Омлет натуральный 150
- Чай с лимоном 180/7

2-ой завтрак

- Сок яблочный 100

Обед

- Салат из зеленого горошка с раст.маслом 60
- Суп картофельный с рыбными консервами 200
- Фрикадельки из говядины в сметанном соусе 80/80
- Капуста тушенная 150
- Кисель фруктовый 180
- Хлеб ржаной 50
- Хлеб пшеничный 20

Полдник

- Печенье 50
- Кефир 180

Ужин

- Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом 200/5
- Молоко кипяченое 180
- Яблоко 106
- Хлеб пшеничный 20

Десятидневное меню

МАДОУ « Детский сад № 21 »

9 день

Завтрак

- Яйцо вареное 40
- Хлеб с сыром 30/10
- Каша манная молочная жидкая с маслом 200/5
- Какао на молоке 180

2-ой завтрак

- Сок яблочный 100

Обед

- Икра кабачковая 60
- Щи из свежей капусты со сметаной на мясном бульоне 200/10
- Гуляш из говядины 60/60
- Макароны отварные 150
- Кисель 180
- Хлеб ржаной 50
- Хлеб пшеничный 20

Полдник

- Печенье 50
- Продукт кисомолочный 180

Ужин

- Овощи свежие или консервированные овощи 60/60
- Рыба тушеная с овощами 80
- Картофельное пюре 130
- Хлеб пшеничный 30
- Чай с лимоном 180/7
- Яблоко 106

Десятидневное меню

МАДОУ « Детский сад № 21 »

8 день

Завтрак

- Запеканка из творога с повидлом 150/20
- Хлеб пшеничный 40
- Кофейный напиток с молоком 180

2-ой завтрак

- Сок персиковый 100

Обед

- Салат из кукурузы 60
- Борщ из свежей капусты с картофелем со сметанной 200/10
- Запеканка картофельная с мясом 160/5
- Компот из кураги 180
- Хлеб ржаной 50
- Хлеб пшеничный 30

Полдник

- Крендель сахарный 70
- Ряженка 180

Ужин

- Каша молочная сборная с маслом 200/5
- Хлеб пшеничный 20
- Чай с молоком 180
- Банан 114

Десятидневное меню

МАДОУ « Детский сад № 21»

2 день

Завтрак

- Хлеб с маслом 30/5
- Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом 200/5
- Кофейный напиток с молоком 180

2-ой завтрак

- Сок яблочный 100

Обед

- Икра кабачковая 60
- Рассольник домашний со сметаной и мясом птицы 200/10/20
- Котлета рубленая из говядины 70
- Картофель в молоке 150
- Кисель фруктовый 180
- Хлеб ржаной 50
- Хлеб пшеничный 30

Полдник

- Печенье 50
- Кисломолочный продукт 180

Ужин

- Сырники из творога с повидлом 130/20
- Молоко 180
- Апельсин 114

Десятидневное меню

МАДОУ « Детский сад № 21»

10 день

Завтрак

- Хлеб с маслом, сыром 30/5/10
- Суп молочный с макаронными изделиями 200
- Кофейный напиток 180

2-ой завтрак

- Сок абрикосовый 100

Обед

- Салат из свеклы с раст.маслом или овощи свежие (1.06-31.10) 60/60
- Суп картофельный с гренками с мясом птицы 200/2
- Шницель рубленный из говядины 70
- Капуста тушенная 150
- Компот из изюма 180
- Хлеб ржаной 50

Полдник

- Пирожки с морковью 60
- Кефир 180

Ужин

- Пудинг из творога 150/20
- Соус молочный 30
- Чай с молоком 180
- Апельсин 114

Десятидневное меню МАДОУ « Детский сад № 21»

4 день

Завтрак

- Хлеб 30
- Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/5
- Кофейный напиток на молоке 180

2-ой завтрак

- Сок абрикосовый 100

Обед

- Сельдь порционная 60
- Борщ со свежей капустой со сметаной на мясном бульоне 200/10
- Жаркое по домашнему 80/140
- Компот из изюма 180
- Хлеб ржаной 50
- Хлеб пшеничный 30

Полдник

- Пирожки с морковью 60
- Молоко 180

Ужин

- Омлет натуральный 150
- Зеленый горошек 60
- Хлеб пшеничный 20
- Чай с сахаром 180
- Банан 114

Десятидневное меню МАДОУ « Детский сад № 21»

6 день

Завтрак

- Яйцо вареное 40
- Хлеб пшеничный 30
- Каша гречневая молочная вязкая с маслом 200/5
- Кофейный напиток с молоком 180

2-ой завтрак

- Сок персиковый 100

Обед

- Салат из кукурузы 60
- Суп с домашней лапшой с мясом птицы 200/20
- Котлета из мяса птицы 80
- Каша рисовая рассыпчатая 150
- Компот из изюма 180
- Хлеб ржаной 50
- Хлеб пшеничный 20

Полдник

- Сдоба обыкновенная 70
- Варенец 180

Ужин

- Свекла с растительным маслом или овощи свежие (с 1.06.-31.10) 60/60
- Тефтели рыбные/соус сметанный 354 80/30
- Картофельное пюре 130
- Хлеб пшеничный 20
- Чай с сахаром 180
- Апельсин 114

Десятидневное меню

МАДОУ « Детский сад № 21 »

1 день

Завтрак

- Яйцо 40
- Хлеб с сыром 20/15
- Каша рисовая молочная жидкая с маслом 200/5
- Какао на молоке 180

2-ой завтрак

- Сок абрикосовый 100

Обед

- Салат из зеленого горошка с раст.маслом 60
- Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 200
- Цыплята отварные 75
- Рагу овощное 150
- Компот из сухофруктов 180
- Хлеб ржаной 50
- Хлеб пшеничный 20

Полдник

- Вафли 50
- Кефир 180

Ужин

- Свекла с растительным маслом или овощи свежие (с 1.06.-31.10) 60/60
- Фрикадельки рыбные в сметанном соусе 80/30
- Картофельное пюре 130
- Хлеб пшеничный 50
- Чай с молоком 180
- Яблоко 114

Десятидневное меню МАДОУ « Детский сад № 21»

3 день

Завтрак

- Яйцо 40
- Хлеб с маслом 30/5
- Суп молочный с макаронными изделиями 200
- Какао на молоке 180

2-ой завтрак

- Сок персиковый 100

Обед

- Свекла с раст. Маслом или овощи свежие (с 1.06.-31.10) 60/60
- Суп картофельный с фрикадельками 200/20
- Шницель рубленый из говядины 70
- Капуста тушеная 150
- Компот из сухофруктов 180
- Хлеб ржаной 50
- Хлеб пшеничный 30

Полдник

- Ватрушка с повидлом 70
- Ряженка 180

Ужин

- Огурец консервированный (т.32.сб 2005г) 45
- Рыба запеченная в сметанном соусе 70/70
- Картофельное пюре 130
- Хлеб пшеничный 20
- Чай с лимоном 180/7
- Яблоко 106

Десятидневное меню

МАДОУ « Детский сад № 21»

5 день

Завтрак

- Хлеб пшеничный 40
- Каша пшеничная молочная жидкая с маслом 200/5
- Молоко кипяченое 180

2-ой завтрак

- Сок яблочный 100

Обед

- Салат из реп. лука с раст.маслом или овощи консервированные 80/80
- Суп картофельный с бобовыми и мясом птицы 200/20
- Тефтели из говядины с соусом сметанным 80/80
- Каша гречневая вязкая 130
- Кисель фруктовый 180
- Хлеб ржаной 50

Полдник

- Коржик молочный 70
- Ряженка 180

Ужин

- Овощи свежие или консервированные овощи 60/60
- Котлета рыбная 80
- Картофельное пюре 130
- Хлеб пшеничный 35
- Чай с лимоном 180/7
- Яблоко 106