

Примерное десятидневное меню на осенний период для детей дошкольного возраста на 2022 от 1-3 лет(1-3 недели)

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ «Детский сад №19»

Александр Пыленок Л.П.

понедельник	выход	вторник	выход	среда	выход	четверг	выход	пятница	выход
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Каша пшеничная молочная жидкая	160	Каша рисовая молочная жидкая	160	Суп молочный с макаронными изделиями	150	Запеканка из творога со ступенным молоком 100/10	100/10	Салат из горошка зелен.конс.	20
Чай с сахаром	150	Чай с сахаром	150	Чай с сахаром	150	Чай с сахаром	150	Омлет натуральный с маслом	80/5
Бутерброд с маслом	30/5	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/10	Бутерброд с маслом	30/5	Хлеб пшеничный	30	Чай с сахаром	150
10-00-сок	100			2-ой завтрак Фрукты (10-00)	100	Обед	150	Хлеб пшеничный с маслом	30
Обед		Обед		Обед		Суп картофельный с курой		Обед	
Борщ с капустой и картофелем, с курой и сметаной	150/10	Салат из белокочанной капусты	30	Суп картофельный гороховый с курой	150	Голубцы ленивые	120/30	Расольник ленинградский с курой и сметаной	150/10
Виточки рубленые с соусом	50/30	Суп картофельный с крупой, с курой	150	Котлеты рубленые из птицы с соусом 50/30	50/30			Жаркое по домашнему	120
Макаронны отварные	100	Рыба туш. с овощами	60	Каша гречневая рассыпчатая	100	Компот из сухофруктов витаминизированный	150	Компот из сухофруктов витаминизированный	150
Компот из сухофруктов витаминизированный	150	Картофельное пюре	100	Компот из сухофруктов витаминизированный 150	150	Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	30
Хлеб ржаной	30	Компот из сухофруктов витаминизированный	150	Хлеб ржаной	30	Полдник	52,2	Полдник	
Полдник		Хлеб ржаной	30	Полдник		Винегрет овощной	50	Чай с сахаром	150
Кофейный напиток со ст. молоком 150	150	Полдник		Молоко кипяченое 150	150	Чай с сахаром	150	Пирожки печеные	60
Хлеб пшеничный	30	Кефир с сахаром	150	Бутерброд с повидлом	30/15	Хлеб пшеничный	30		
		Кондитерское изделие	30						

