

Утверждаю:



(Куряева Л.Т.)
 10009, Детский сад № 190

10ти дневное МЕНЮ для детских садов(действует с 27.05.2024)

Утверждаю:

(Солнышкина О.И.)

Директор ООО"МобилСвязь"
 Солнышкина О. И.

№:	Блюдо	Выход
Ясли		
Понедельник 1 недели		
Завтрак		
38	Каша "Дружба" молочная жидкая	150
14	Масло сливочное (порциями)	8
	Батончик к чаю	25
378	Чай с молоком	180
2-й завтрак		
389	Сок фруктовый	150
Обед		
111	Суп с макаронными изделиями и курой	160
279	"Ёжики" мясные со сметанным соусом 60/25гр	85
71	Огурцы свежие	20
	Хлеб ржаной йодированный	36
342	Компот из яблок свежих	150
Уплотнённый полдник		
15	Сыр (порциями)	10
14	Омлет натуральный	140
	Батончик к чаю	25
	Ватрушка с повидлом	50
376	Чай без сахара	150

№:	Блюдо	Выход
Сад		
Завтрак		
38	Каша "Дружба" молочная жидкая	200
14	Масло сливочное (порциями)	10
	Батончик к чаю	30
378	Чай с молоком	180
2-й завтрак		
389	Сок фруктовый	180
Обед		
111	Суп с макаронными изделиями и курой	190
279	"Ёжики" мясные со сметанным соусом 120/50гр.	170
71	Огурцы свежие	30
	Хлеб ржаной йодированный	45
342	Компот из яблок свежих	180
Уплотнённый полдник		
15	Сыр (порциями)	10
14	Омлет натуральный	160
	Батончик к чаю	30
	Ватрушка с повидлом	50
376	Чай без сахара	180

№:	Блюдо	Выход
Ясли		
Вторник 1 недели		
Завтрак		
34	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	150
14	Масло сливочное (порциями)	8
209	Яйца вареные	40
	Батон йодированный	25
379	Кофейный напиток на молоке	150
2-й завтрак		
	Фрукт (яблоки)	130
Обед		
96	Рассольник ленинградский с перловой крупой и сметаной	150
400	Суфле рыбное	50
450	Картофельное пюре	130
71	Помидор свежий	30
	Хлеб ржаной йодированный	36
388	Напиток из шиповника с изюмом	150
Уплотнённый полдник		
	Запеканка творожная с яблоками	120
	Батон йодированный	25
626	Соус из кураги	20
376	Чай с низким содержание сахара	150

№:	Блюдо	Выход
Сад		
Завтрак		
34	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	200
14	Масло сливочное (порциями)	10
209	Яйца вареные	40
	Батон йодированный	30
379	Кофейный напиток на молоке	180
2-й завтрак		
	Фрукт (яблоки)	130
Обед		
96	Рассольник ленинградский с перловой крупой и сметаной	180
400	Суфле рыбное	90
450	Картофельное пюре	150
71	Помидор свежий	30
	Хлеб ржаной йодированный	45
388	Напиток из шиповника с изюмом	180
Уплотнённый полдник		
	Запеканка творожная с яблоками	150
626	Соус из кураги	30
тпк	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	180
	Батон йодированный	35

Среда 1 недели

Ясли		
Завтрак		
33	Каша рисовая молочная жидкая	
15	Сыр (порциями)	150
14	Масло сливочное (порциями)	10
	Батон йодированный	8
382	Какао витаминизированный с молоком	25
2-й завтрак		
386	Кисломолочный напиток (снежок)	180
Обед		
88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	150
280	Фрикадельки в соусе 50/50гр.	100
450	Каша гречневая рассыпчатая	110
	Хлеб ржаной йодированный	36
348	Напиток из плодов сушеных (яблоки)	150
Уплотнённый полдник		
ттк	Жаркое по-домашнему со свиной	200
71	Огурцы свежие	20
ттк	Молочный ванильный напиток	150
	Батон йодированный	25
	Печенье	18

Четверг 1 недели

Ясли		
Завтрак		
36	Каша ячневая молочная жидкая	150
14	Масло сливочное (порциями)	8
	Батон йодированный	25
378	Чай с молоком	180
2-й завтрак		
	Фрукт (яблоки)	130
Обед		
108/109	Суп картофельный с клецками и свиной	160
255	Печень по-строгановски 30/30гр.	60
309	Макаронные изделия отварные	110
	Хлеб ржаной йодированный	36
349	Напиток из смеси сухофруктов	150
Уплотнённый полдник		
374	Рыба, тушенная с овощами 50/50гр.	100
450	Картофельное пюре	130
71	Огурцы свежие	20
	Батон йодированный	25
	Булочка ванильная	50
376	Чай с низким содержание сахара	150

Сад		
Завтрак		
33	Каша рисовая молочная жидкая	200
15	Сыр (порциями)	10
14	Масло сливочное (порциями)	10
	Батон йодированный	30
382	Какао витаминизированный с молоком	180
2-й завтрак		
386	Кисломолочный напиток (снежок)	180
Обед		
88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	180
280	Фрикадельки в соусе 50/50гр.	100
450	Каша гречневая рассыпчатая	130
	Хлеб ржаной йодированный	45
348	Напиток из плодов сушеных (яблоки)	180
Уплотнённый полдник		
ттк	Жаркое по-домашнему со свиной	200
71	Огурцы свежие	30
ттк	Молочный ванильный напиток	200
	Печенье	18
	Батон йодированный	35

Сад		
Завтрак		
36	Каша ячневая молочная жидкая	200
14	Масло сливочное (порциями)	10
	Батон йодированный	30
378	Чай с молоком	180
2-й завтрак		
	Фрукт (яблоки)	130
Обед		
108/109	Суп картофельный с клецками и свиной	190
255	Печень по-строгановски 35/35гр.	70
309	Макаронные изделия отварные	130
	Хлеб ржаной йодированный	45
349	Напиток из смеси сухофруктов	180
Уплотнённый полдник		
374	Рыба, тушенная с овощами 50/50гр.	100
450	Картофельное пюре	150
71	Огурцы свежие	30
	Булочка ванильная	50
376	Чай с низким содержание сахара	180
	Батон йодированный	35

Пятница 1 недели

Ясли		
Завтрак		
31	Каша манная молочная жидкая	150
14	Масло сливочное (порциями)	8
	Батон йодированный	25
379	Кофейный напиток на молоке	180
2-й завтрак		
386	Кисломолочный напиток (снежок)	150
Обед		
97	Суп картофельный с рыбными консервами	205
тгк	Котлета "Рыжик"	70
тгк	Капуста тушеная со сметаной	110
	Хлеб ржаной йодированный	36
342	Компот из яблок свежих	150
Уплотнённый полдник		
222	Пудинг творожный	120
	Печенье	18
10	Фруктовая подлива	20
376	Чай с низким содержание сахара	150

Сад		
Завтрак		
31	Каша манная молочная жидкая	200
14	Масло сливочное (порциями)	10
	Батон йодированный	30
379	Кофейный напиток на молоке	180
2-й завтрак		
386	Кисломолочный напиток (снежок)	180
Обед		
97	Суп картофельный с рыбными консервами	205
тгк	Котлета "Рыжик"	70
тгк	Капуста тушеная со сметаной	130
	Хлеб ржаной йодированный	45
342	Компот из яблок свежих	180
Уплотнённый полдник		
222	Пудинг творожный	160
	Печенье	18
10	Фруктовая подлива	30
376	Чай с низким содержание сахара	180

Понедельник 2 недели

Ясли		
Завтрак		
35	Каша пшеничная молочная жидкая	150
14	Масло сливочное (порциями)	8
	Батончик к чаю	25
378	Чай с молоком	180
2-й завтрак		
386	Кисломолочный напиток (снежок)	150
Обед		
102	Суп картофельный с бобовыми	150
438	Гуляш мясной из свинины 30/30гр.	60
309	Макаронные изделия отварные	110
	Хлеб ржаной йодированный	36
349	Напиток из смеси сухофруктов	150
Уплотнённый полдник		
15	Сыр (порциями)	10
14	Омлет натуральный	140
	Батончик к чаю	25
	Фрукт (яблоки)	130
376	Чай с низким содержание сахара	150

Сад		
Завтрак		
35	Каша пшеничная молочная жидкая	200
14	Масло сливочное (порциями)	10
	Батончик к чаю	30
378	Чай с молоком	200
2-й завтрак		
386	Кисломолочный напиток (снежок)	180
Обед		
102	Суп картофельный с бобовыми	180
тгк	Тефтели "Сочные" с соусом 50/50гр.	100
309	Макаронные изделия отварные	130
	Хлеб ржаной йодированный	45
349	Напиток из смеси сухофруктов	180
Уплотнённый полдник		
15	Сыр (порциями)	10
14	Омлет натуральный	160
	Батончик к чаю	35
	Фрукт (яблоки)	130
376	Чай с низким содержание сахара	180

Вторник 2 недели

Ясли		
Завтрак		
38	Каша "Дружба" молочная жидкая	150
14	Масло сливочное (порциями)	8
	Батон йодированный	25
379	Кофейный напиток на молоке	180

2-й завтрак		
	Фрукт (яблоки)	130
Обед		
158	Солянка по-домашнему из птицы со сметаной	150
287	Голубцы ленивые из говядины 120/30гр.	150
71	Огурцы свежие	20
	Хлеб ржаной йодированный	36
342	Компот из яблок свежих	150
Уплотнённый полдник		
тк	Гуляш "Болоньезе"	50
450	Картофельное пюре	130
306	Зеленый горошек	20
тк	Молочный ванильный напиток	150
	Батон йодированный	25
	Печенье	18

Среда 2 недели

Ясли		
Завтрак		
32	Каша пшенная молочная жидкая	150
14	Масло сливочное (порциями)	8
209	Яйца вареные	40
	Батон йодированный	25
382	Какао витаминизированный с молоком	180
2-й завтрак		
389	Сок фруктовый	150
Обед		
97	Суп картофельный рыбный	170
143/тк	Рагу из овощей с курой	180
	Хлеб ржаной йодированный	36
388	Напиток из шиповника с изюмом	150

Уплотнённый полдник		
222	Пудинг творожный	120
775	Плюшка российская	50
10	Фруктовая подлива	20
376	Чай с низким содержание сахара	150

Сад		
Завтрак		
38	Каша "Дружба" молочная жидкая	200
15	Сыр (порциями)	10
14	Масло сливочное (порциями)	10
	Батон йодированный	30
379	Кофейный напиток на молоке	180
2-й завтрак		
	Фрукт (яблоки)	130
Обед		
158	Солянка по-домашнему из птицы со сметаной	190
287	Голубцы ленивые из говядины 150/50гр.	200
71	Огурцы свежие	30
	Хлеб ржаной йодированный	45
342	Компот из яблок свежих	180
Уплотнённый полдник		
тк	Гуляш "Болоньезе"	70
450	Картофельное пюре	150
306	Зеленый горошек	30
тк	Молочный ванильный напиток	200
	Печенье	18
	Батон йодированный	35

Сад		
Завтрак		
32	Каша пшенная молочная жидкая	200
14	Масло сливочное (порциями)	10
209	Яйца вареные	40
	Батон йодированный	30
382	Какао витаминизированный с молоком	180
2-й завтрак		
389	Сок фруктовый	180
Обед		
97	Суп картофельный рыбный	225
ТТК	Биточек "Смачный"	70
143	Рагу из овощей	150
	Хлеб ржаной йодированный	45
388	Напиток из шиповника с изюмом	180
Уплотнённый полдник		
222	Пудинг творожный	160
775	Плюшка российская	50
10	Фруктовая подлива	30
376	Чай с низким содержание сахара	180

Четверг 2 недели

Ясли		
Завтрак		
34	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	150
14	Масло сливочное (порциями)	8
	Батон йодированный	25
378	Чай с молоком	180
2-й завтрак		
386	Кисломолочный напиток (снежок)	150
Обед		
82	Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	150
438	Азу из говядины	40
450	Рис с овощами	110
	Хлеб ржаной йодированный	36
348	Напиток из плодов сушеных (яблоки)	150
Уплотнённый полдник		
ттк	Капуста тушеная с мясом свинины	200
740	Шанежка наливная с яйцами	50
	Батон йодированный	25
376	Чай с низким содержание сахара	150

Пятница 2 недели

Ясли		
Завтрак		
31	Каша манная молочная жидкая	150
14	Масло сливочное (порциями)	8
	Батон йодированный	25
379	Кофейный напиток на молоке	180
2-й завтрак		
389	Сок фруктовый	150
Обед		
99	Суп из овощей со свининой и сметаной	160
374	Рыба, тушенная с овощами 50/50гр.	100
450	Картофельное пюре	130
71	Огурцы свежие	20
	Хлеб ржаной йодированный	36
342	Компот из яблок свежих	150
Уплотнённый полдник		
	Запеканка творожная с яблоками	120
	Батон йодированный	25
626	Соус из кураги	20
350	Кисель из ягод	150

Сад		
Завтрак		
34	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	200
14	Масло сливочное (порциями)	10
	Батон йодированный	30
378	Чай с молоком	180
2-й завтрак		
386	Кисломолочный напиток (снежок)	180
Обед		
82	Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	180
438	Азу из говядины	70
450	Рис с овощами	130
	Хлеб ржаной йодированный	45
348	Напиток из плодов сушеных (яблоки)	180
Уплотнённый полдник		
ттк	Капуста тушеная с мясом свинины	200
740	Шанежка наливная с яйцами	50
376	Чай с низким содержание сахара	180
	Батон йодированный	35

Сад		
Завтрак		
31	Каша манная молочная жидкая	200
14	Масло сливочное (порциями)	10
	Батон йодированный	30
379	Кофейный напиток на молоке	180
2-й завтрак		
389	Сок фруктовый	180
Обед		
99	Суп из овощей со свининой и сметаной	190
374	Рыба, тушенная с овощами 50/50гр.	100
450	Картофельное пюре	150
71	Огурцы свежие	30
	Хлеб ржаной йодированный	45
342	Компот из яблок свежих	180
Уплотнённый полдник		
	Запеканка творожная с яблоками	150
626	Соус из кураги	30
350	Кисель из ягод	180
	Батон йодированный	35