

" Утверждаю"
Заведующий МБДОУ ЦРР д/с №14 "Росинка"
_____ О.А. Марченко

г.

" " _____
Приказ №

Осенне - зимнее меню МБДОУ ЦРР д/с № 14 "Росинка"
г. Ставрополь для детей в возрасте от 3 до 7 лет

Дни	Завтрак	Вых	2 - ой завтрак	Обед	Вых	Полдник	Вых	Ужин	Вых
1	Каша жидкая овсяная на сгущеном молоке с маслом сливочным Чай с сахаром Батон йодированный Сыр российский порциями	185 180/10 40 15	Фрукты свежие 100	Суп картофельный с бобовыми Котлета рубленая Капуста тушеная Сок фруктовый Хлеб ржаной	180 75 130 180 50	Фрикадельки рыбные Соус сметанный Пюре картофельное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	80 50 150 180 20	Чай с сахаром Кондитерские изделия	120/5,6 15
	Итого:1765,6	430	100		615		480		140,6
2	Суп молочный с макаронными изделиями Батон йодированный Какао с молоком	180 40 180	Фрукты свежие 100	Суп картофельный Овощи свежие или соленые (по сезону) Плов из птицы Компот из свежих плодов Хлеб ржаной	180 40 180 180 50	Запеканка из творога Соус яблочный Пирожок с повидлом Молоко кипяченое Хлеб пшеничный	130 50 90 180 40	Сок фруктовый Кондитерские изделия	120 15
	Итого:1755	400	100		630		490		135
3	Каша манная молочная жидкая с маслом и сахаром Кофейный напиток с молоком Батон йодированный Масло сливочное порциями	190 180 40 10	Сок 100	Борщ с картофелем, капустой и сметаной Гуляш из отварного мяса Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным Кисель из яблок сушеных Хлеб ржаной	180/5 130 135 180 50	Котлета рыбная любительская Соус сметанный Пюре картофельное Чай с сахаром Хлеб пшеничный	70 50 130 180/10 25	Молоко Кипяченое Кондитерские изделия	120 15
	Итого:1800	420	100		680		465		135
4	Суп молочный с рисовой крупой Чай с молоком Батон йодированный Масло сливочное порциями	180 180 40 10	Фрукты свежие 100	Рассольник Ленинградский с перловой крупой и сметаной Бефстроганов из отварного мяса Каша гречневая рассыпчатая с маслом Компот из сушеных фруктов Овощи свежие или соленые (по сезону) Хлеб ржаной	180/5 130 135 180 40 50	Запеканка из творога Соус молочный сладкий Хлеб пшеничный Кефир	130 50 40 180	Чай с сахаром Кондитерские изделия	120/5,6 15
	Итого:1765,6	410	100		720		400		140,6
5	Суп молочный с крупой (пшено) Батон йодированный Сыр (порциями) Молоко кипяченое	180 40 15 180	Фрукты свежие 100	Суп с рыбными консервами Голубцы ленивые Соус сметанный Компот из свежих плодов Хлеб ржаной	180 130 50 180 50	Омлет натуральный Консервы овощные закусочные Какао с молоком Хлеб пшеничный Булочка ванильная	105 50 180 40 80	Сок фруктовый Кондитерские изделия	120 15
	Итого: 1695	415	100		590		455		135

6	Каша манная жидкая на сгущеном молоке с маслом сливочным Чай с сахаром Батон йодированный Масло сливочное (порциями)	185 180/10 40 10	Фрукты свежие 100	Суп с рыбными консервами Биточки рубленые Макаронные изделия отварные с маслом Компот из свежих плодов Хлеб ржаной	180 75 135 180 50	Шницель рыбный натуральный Картофель отварной Чай с лимоном Хлеб пшеничный	70 130 180/10/7 25	Молоко Кипяченое Кондитерские изделия	120 15
Итого:1762		425	100		620		462		135
7	Каша гречневая молочная вязкая с маслом и сахаром Кофейный напиток с молоком Батон йодированный Сыр российский (порциями)	190 180 40 15	Фрукты свежие 100	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне Биточки рубленые из птицы паровые Пюре картофельное Компот из сушеных фруктов Хлеб ржаной Овощи свежие или соленые (по сезону)	180 70 130 180 50 40	Омлет натуральный Консервы овощные закусочные Хлеб пшеничный Чай с илимоном	105 50 25 180/10/7	Сок фруктовый Кондитерские изделия	120 15
Итого:1687		425	100		650		377		135
8	Суп молочный с крупой (пшено) Молоко кипяченое Батон йодированный Масло сливочное порциями	180 180 40 10	Сок 100	Суп картофельный с клецками на курином бульоне Суфле куриное Пюре из свеклы Сок фруктовый Хлеб ржаной	180 78 130 180 50	Фрикадельки рыбные Рис отварной Соус сметанный Чай с молоком Хлеб пшеничный	70 130 50 180 20	Чай с сахаром Кондитерские изделия	120/5,6 15
Итого:1738,6		430	100		618		450		140,6
9	Суп молочный с крупой (ячневая) Батон йодированный Масло сливочное порциями Какао с молоком	180 40 10 180	Фрукты свежие 100	Рассольник Ленинградский с перловой крупой и сметаной Жаркое по-домашнему Овощи свежие или соленые (по сезону) Кисель из яблок сушеных Хлеб ржаной	180/5 200 40 180 50	Запеканка из творога Соус молочный сладкий Кефир Хлеб пшеничный	130 50 180 40	Чай с сахаром Кондитерские изделия	120/5,6 15
Итого 1665,6		410	100		615		400		140,6
10	Суп молочный с макаронными изделиями Кофейный напиток с молоком Батон йодированный Сыр российский (порциями)	180 180 40 15	Фрукты свежие 100	Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной Картофельное пюре Соус сметанный Тефтеля (2 вариант) Компот из свежих плодов Хлеб ржаной	180/5 130 50 70 180 50	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом и сахаром Булочка ванильная Молоко кипяченое Хлеб пшеничный	190 80 180 25	Сок фруктовый Кондитерские изделия	120 15
Итого:1790		415	100		665		475		135

