

Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение
«Детский сад №9»

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ



Меню 2-недельное сад

1 День - Понедельник	2 День - Вторник	3 День - Среда	4 День - Четверг	5 День - Пятница
<p>Завтрак: Макароны, запеченные с сыром 130/10 Чай сладкий с лимоном 170 Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 8</p> <p>Завтрак 2: фрукт 120</p> <p>Обед: Огурец свежий 30 или помидора 30 Свекольник с мясом со сметаной 200 Или (Уха из рыбы со сметаной 200) Печень по- бефстрогановски 70 Греча 110 Компот из сухофруктов 170 Хлеб ржаной 38</p> <p>Полдник: Какао с молоком 170 Булочка веснушка 80 Яйцо 1/2</p> <p>Ужин: Каша рисовая молочная 190 Молоко 170 Хлеб пшеничный 30 Печенье 15</p>	<p>Завтрак: Каша пшеничная молочная 190 Кофейный напиток с молоком 170 Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 5 сыр 15</p> <p>Завтрак 2: Фрукт 120</p> <p>Обед: Икра овощная 60 или Салат летний 60 Щи с мясом со сметаной 200 Котлета рыбная 70 Пюре картофельное 130 Компот из сухофруктов 170 Хлеб ржаной 38</p> <p>Полдник: Суфле творожное с повидлом 100/20 Чай сладкий 150 Хлеб пшеничный 15</p> <p>Ужин: Плов с мясом 160 Чай сладкий с лимоном 170 Хлеб пшеничный 30 Яйцо 1/2</p>	<p>Завтрак: Каша гречневая молочная 190 Какао с молоком 170 Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 8</p> <p>Завтрак 2: фрукт 120</p> <p>Обед: Салат «Зимний» 60 или Салат с огурцами и помидорами с растительным маслом 60 Суп полевой с мясом со сметаной 200 или рассольник с мясом со сметаной 200 Котлета куриная 70 Капуста тушеная 120 Компот из сухофруктов 170 Хлеб ржаной 38</p> <p>Полдник: Омлет 90 Хлеб пшеничный 15 Молоко 150 Печенье 15</p> <p>Ужин: Жаркое из печенью или с мясом 180 Чай с лимоном 170 Хлеб пшеничный 30</p>	<p>Завтрак: Каша манная молочная 190 Кофейный напиток с молоком 170 Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 8 Завтрак 2: фрукт 120</p> <p>Обед: Салат витаминный с яблоками 60 или свекла долька 60 Суп кудрявый с курами 200 Пюре картофельное 130 Гуляш с мясом 70 или Зразы мясные 70 Компот из сухофруктов 170 Хлеб ржаной 38</p> <p>Полдник: Запеканка творожная с молочным соусом 100/40 Чай сладкий с лимоном 150 Хлеб пшеничный 15</p> <p>Ужин: Макароны, запеченные с сыром 100/14 Молоко 170 Хлеб пшеничный 30 Печенье 15</p>	<p>Завтрак: Каша геркулесовая молочная 190 Какао с молоком 170, Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 8 Яйцо 1\2</p> <p>Завтрак 2: Фрукт 120</p> <p>Обед: Огурец свежий 30 или помидора 30 Щи с мясом со сметаной 200 Запеканка рисовая с мясом с овощной подливой 140\40 Или (котлета мясная с рисом и овощной подливой 70/110/40 Кисель 170 Хлеб ржаной 38</p> <p>Полдник: Пирог с яблоком 80 Снежок 170</p> <p>Ужин: Каша гречневая молочная 190 Молоко 170 Хлеб пшеничный 30 Вафля 20</p>
6 День - Понедельник	7 День - Вторник	8 День - Среда	9 День - Четверг	10 день - Пятница
<p>Завтрак: Каша гречневая рассыпчатая 130/10 Чай сладкий с лимоном 170 Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 5 Сыр 15</p> <p>Завтрак 2: Фрукт 120</p> <p>Обед: Огурец свежий 30 или помидора 30 Борщ с мясом со сметаной 200 Тефтели рыбные 70 Картофельное пюре 130 Компот их сухофруктов 170 Хлеб ржаной 38</p> <p>Полдник: Ватрушка с повидлом 80 Кофе напиток с молоком 170</p> <p>Ужин: Капуста тушеная с мясом 150 Чай сладкий 170 Хлеб пшеничный 30, Яйцо 1/2</p>	<p>Завтрак: Каша геркулесовая молочная 190 Кофейный напиток с молоком 170 Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 8 Яйцо 1\2</p> <p>Завтрак 2:Фрукт 120</p> <p>Обед: икра из свеклы зеленым горошком 60 или Салат с огурцами и помидорами с растительным маслом 60 Суп с клецками с мясом со сметаной 200 Овощное рагу 120 Рулет мясной 70 Компот из сухофруктов 170 Хлеб ржаной 38</p> <p>Полдник: Сырники творожные с киселем 100/40 Хлеб пшеничный 15 Молоко 150</p> <p>Ужин: Каша манная молочная 190 Молоко 170 Хлеб пшеничный 30 Вафли 20</p>	<p>Завтрак: Каша «Дружба» молочная 190 Какао с молоком 170 Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 5 Сыр 10</p> <p>Завтрак 2: Фрукт 120</p> <p>Обед: Винегрет 60 или Салат легкий 60 Суп рыбный со сметаной 200 Суфле из печени 70 Макароны отварные с овощной подливой 120\40 Фруктовый напиток 170 Хлеб ржаной 38</p> <p>Полдник: Омлет 90 Молоко 150 Хлеб пшеничный 15 Вафля 20</p> <p>Ужин: Овощное рагу с курицей 180 Хлеб пшеничный 30 Печенье 15 Чай сладкий с лимоном 170</p>	<p>Завтрак: Каша рисовая молочная 190 Кофейный напиток с молоком 170 Хлеб пшеничный 40, Масло сливочное 8</p> <p>Завтрак 2: Фрукт 120</p> <p>Обед: Салат овощной зеленым горошком 60 или Салат из свеклы 60 Суп гороховый с мясом 200 Биточки куриные 70 Картофельное пюре 130 Компот из сухофруктов 170 Хлеб ржаной 38</p> <p>Полдник: Йогурт 170 Плюшка 80</p> <p>Ужин: Рыба запеченная в омлете 120 Чай сладкий 170 Хлеб пшеничный 30</p>	<p>Завтрак: Творожная запеканка с молочный соус 100/40 Какао с молоком 170 Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 8</p> <p>Завтрак 2:Фрукт 120</p> <p>Обед: салат крестьянский 60 или салат летний 60 Суп картофельный с курами со сметаной с гренками 200/10 Голубцы ленивые (формовые) 140\40 Соус томатный или капуста с мясом 150 Бигус 180 Компот из сухофруктов 170 Хлеб ржаной 38</p> <p>Полдник: Яйцо 40 Хлеб пшеничный 15 Мармелад 15 или печенье 30 или зефир 15 Чай сладкий 150</p> <p>Ужин: Каша «Дружба» 190 молоко 170 Хлеб пшеничный 30</p>

Меню 2- недельное ясли

1 День - Понедельник	2 День - Вторник	3 День - Среда	4 День - Четверг	5 День - Пятница
<p>Завтрак: Макароны запеченные с сыром 100/7 Чай сладкий с лимоном 150 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 6</p> <p>Завтрак 2: Фрукт 100</p> <p>Обед: Огурец свежий 20 или помидора 20 Свекольник с мясом со сметаной 150 или (Уха из рыбы со сметанной 150) Печень по- бефстрогановски 60 Греча 100 Компот из сухофруктов 140 Хлеб ржаной 30</p> <p>Полдник: Какао с молоком 140 Булочка веснушка 70 Яйцо 1/2</p> <p>Ужин: Каша рисовая молочная 150 Молоко 150 Хлеб пшеничный 20 Печенье 15</p>	<p>Завтрак: Каша пшеничная молочная 150 Кофейный напиток с молоком 150 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 5 Сыр 8</p> <p>Завтрак 2: Фрукт 100</p> <p>Обед: Икра овощная 40 или салат летний 40 Щи с мясом со сметаной 150 Котлета рыбная 60 Пюре картофельное 110 Компот из сухофруктов 140 Хлеб ржаной 30</p> <p>Полдник: Суфле творожное с повидлом 80\15 Чай сладкий 140 Хлеб пшеничный 10</p> <p>Ужин: Плов с мясом 140 Чай сладкий с лимоном 150 Хлеб пшеничный 20 Яйцо 1/2</p>	<p>Завтрак: Каша гречневая молочная 150 Какао с молоком 150 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 6</p> <p>Завтрак 2: Фрукт 100</p> <p>Обед: Салат «Зимний» 40 или Салат с огурцами и помидорами с растительным маслом 40 Суп полевой с мясом со сметаной 150 или рассольник мясом со сметаной 150 Котлета куриная 60 Капуста тушеная 100 Компот из сухофруктов 140 Хлеб ржаной 30</p> <p>Полдник: Омлет 80 Хлеб пшеничный 10 Молоко 140 Печенье 15</p> <p>Ужин: Жаркое с печенью или с мясом 150 Молоко 150 Хлеб пшеничный 20</p>	<p>Завтрак: Каша манная молочная 150 Кофейный напиток с молоком 150 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 6</p> <p>Завтрак 2: Фрукт 100</p> <p>Обед: Салат витаминный с яблокам 40 или свекла долька 40 Суп кудрявый с курами 150 Пюре картофельное 110 Гуляш с мясом 60 или Зразы мясные 60 Компот из сухофруктов 140 Хлеб ржаной 30</p> <p>Полдник: Запеканка творожная с молочным соусом 80/30 Чай сладкий с лимоном 140 Хлеб пшеничный 10</p> <p>Ужин: Макароны запеченные с сыром 90/13 Молоко 150 Хлеб пшеничный 20 Печенье 15</p>	<p>Завтрак: Каша геркулесовая молочная 150 Какао с молоком 150 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 6 Яйцо 1\2</p> <p>Завтрак 2: Фрукт 100</p> <p>Обед: Огурец свежий 20 или помидор 20 Щи с мясом со сметаной 150 Запеканка рисовая с мясом и овощной подливой 120\30 Или (котлета мясная с рисом с овощной подливой) 60/100/30 Кисель 140 Хлеб ржаной 30</p> <p>Полдник: Пирог с яблоком 70 Снежок 140</p> <p>Ужин: Каша гречневая молочная 150 Молоко 150 Хлеб пшеничный 20 Вафля 20</p>
6 День - Понедельник	7 День - Вторник	8 День - Среда	9 День - Четверг	10 день - Пятница
<p>Завтрак: Каша гречневая рассыпчатая 120/10 Чай сладкий с лимоном 150 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 5 Сыр 8</p> <p>Завтрак 2: фрукт 100</p> <p>Обед: Огурец свежий 20 или помидор 20 Борщ с мясом со сметаной 150 Тeftели рыбные 60 Картофельное пюре 110 Компот их сухофруктов 140 Хлеб ржаной 30</p> <p>Полдник: Ватрушка с повидлом 70 Кофе напиток с молоком 140</p> <p>Ужин: Капуста тушеная с мясом 130 Чай сладкий 150 Хлеб пшеничный 20 Яйцо 1шт</p>	<p>Завтрак: Каша геркулесовая молочная 150 Кофейный напиток с молоком 150 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 6 Яйцо 1\2</p> <p>Завтрак 2: Фрукт 100</p> <p>Обед: икра из свеклы зеленым горошком 40 или Салат с огурцами и помидорами с растительным маслом 40 Суп с клецками с мясом со сметаной 150 Овощное рагу 100 Рулет мясной 60 Компот из сухофруктов 140 Хлеб ржаной 30</p> <p>Полдник: Сырники творожные с киселем 80/30 Хлеб пшеничный 10, Молоко 140</p> <p>Ужин: Каша манная молочная 150 Молоко 150 Хлеб пшеничный 20, Вафли 20</p>	<p>Завтрак: Каша «Дружба» молочная 150 Какао с молоком 150 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 5 Сыр 7</p> <p>Завтрак 2: Фрукт 100</p> <p>Обед: Винегрет 40 или салат летний 40 Суп рыбный со сметанной 150 Суфле печеночное 60 Макароны отварные с овощной подливой 100\30 Фруктовый напиток 140 Хлеб ржаной 30</p> <p>Полдник: Омлет 80 Молоко 140 Хлеб пшеничный 10 Вафли 20</p> <p>Ужин: Овощное рагу с курицей 150 Хлеб пшеничный 20 Печенье 15 Чай сладкий с лимоном 150</p>	<p>Завтрак: Каша рисовая молочная 150 Кофейный напиток с молоком 150 Хлеб пшеничный 30, Масло сливочное 6</p> <p>Завтрак 2: Фрукт 100</p> <p>Обед: Салат овощной с зеленым горошком 40 или Салат из свеклы 40 Суп гороховый с мясом 150 Биточки куриные 60 Картофельное пюре 110\30\10 Компот из сухофруктов 140 Хлеб ржаной 30</p> <p>Полдник: Йогурт 140 Плюшка 70</p> <p>Ужин: Рыба запеченная в омлете 100 Чай сладкий 150 Хлеб пшеничный 20</p>	<p>Завтрак: Творожная запеканка с молочный соус 80/30 Какао с молоком 150 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 6</p> <p>Завтрак 2: Фрукт 100</p> <p>Обед: салат крестьянский 40 или салат летний 40 Суп картофельный с курами со сметаной с гренками 200/10 Ленивые голубцы формовые, 120\30 Соус томатный или капуста с мясом 130 Бигус 160 компот из сухофруктов 140 Хлеб ржаной 30</p> <p>Полдник: Яйцо 40 Хлеб пшеничный 15 Мармелад 15 или печенье 15 или зефир 15 Чай сладкий 140</p> <p>Ужин: Каша «Дружба» 150 молоко 150 Хлеб пшеничный 20</p>

