

Утверждаю

Заведующий МКДОУ №159
Колесникова Н.И.

приказ от

Примерное меню: лето с 1.07.24 по 30.09.24

завтрак

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Каша рисовая с маслом (200)	Каша ячневая с маслом (200)	Каша манная с маслом (200)	Запеканка из творога (150)	Каша пшеничная с маслом (200)	Каша пшенная с маслом (200)	Каша кукурузная со сливочным маслом (200)	Лапша молочная (200)	Каша "Ассорти" (200)	Каша геркулесовая с маслом (200)
Батон (25)	Батон (25)	Батон (25)	Соус сметанный (30)	Батон (25)	Батон (25)	Батон (25)	Батон (25)	Батон (35)	Батон (25)
Масло (5)	Сыр порц.(13)	Масло (5)	Батон (35)	Масло (5)		Сыр порц. (13)	Масло (5)	Масло (5)	Масло (5)
Кофейный напиток (200)	Какао с молоком (200)	Кофейный напиток (200)	Масло (5) какао с молоком (200)	Кофейный напиток (200) яйца вареные (40)	Масло (5) Кофейный напиток (200)	Какао с молоком (180)	Яйца вареные (40) Кофейный напиток (200)	Какао с молоком (200)	Кофейный напиток (200) Сыр (13)

завтрак 2

Сок (200)	Апельсин	Яблоко	Апельсин	Сок (200)	Апельсин	Сок (200)	Апельсин	Сок (200)	Яблоко
Яблоко		Сок (200)				Яблоко		Яблоко	

обед

Салат "степной" из раз.овощей (60)	Салат из отварной свеклы с р.м (60)	Помидор (60)	Салат из моркови с р.м. (60)	Салат из белокачанной капусты с Морковью и р.м.(60)	Салат из белокачанной капусты с луком и р.м. (60)	Салат из моркови с р. м.(60)	Салат из свежих помидор с луком и растительным маслом (60)	Салат из отварного картофеля, моркови, с луком, сол.огурцом и р.м. (60)	Салат из свежих огурцов с луком (60)
Суп_пюре из картофеля (200)	Суп картофельный с бобовыми (200)	Уха с крупой рисовой (200)	Суп картофельный на курином бульоне (200)	Свекольник со сметаной (200)	Рассольник Ленинградский (200)	Щи из свежей капусты с картофелем (200)	Борщ со сметаной (200)	Суп-пюре из кури (200)	Щи(200)

КАПУСТА ТУШЕНАЯ (150)	Каша гречневая рассыпчатая (150)	Пюре из гороха с маслом (200)	Макароны отварные (150)	Рис припущенный с маслом сливочным (150)	Картофель тушеный 2 вариант (150)	Рис припущенный с маслом сливочным (150)	Картофель отварной (150)	Капуста тушеная (150)	Пюре Картофель-ное (150)
Котлеты, биточки, шницели (80)	Печень по- строгановски (80)	Зразы из свинины (80)	Котлеты натуральные из филе птицы (80))	Котлеты или биточки рыбные (80)	Биточки по- белорусски (75)	Гуляш из мяса свинины (80)	Рыба запеченая (80)	Биточки из кур (80)	Печень по- строгановски(8 0)
Хлеб ржаной (30)	Хлеб ржаной (30)	Батон (25)	Соус сметанный с томатом (50)	Хлеб ржаной (30)	Хлеб ржаной (30)	Хлеб ржаной (30)	Маринад овощной с томатом (50)	Хлеб ржаной (30)	Хлеб ржаной (30)
Компот из сухофруктов (180)	Батон (20)	хлеб ржаной (30)	Хлеб ржаной (50)	Подлив (50)	Батон (20)	Батон (35)	Хлеб ржаной (30)	Батон (20)	Компот из сухофруктов (180)
	Компот из изюма (180)	Компoт из сухофруктов (180)	Компот из сухофруктов (180)	Компот из кураги и изюма (180)	Компот из сухофруктов (180)	Компот из изюма (180)	Компот из яблок (180)	Компот из изюма (180)	
							Батон (20)		
полдник									
Молоко (200)	Снежок (200)	Молоко (200)	Кефир (200)	Молоко (200)	Молоко (200)	Снежок (200)	Молоко (200)	Кефир (200)	Молоко (200)
Пряник (30)	Булочка "Оздоровите - льная" с рекиценом (50)	Ватрушка со сметаной (70)	Печенье (20)	Пряник (30)	Сдоба обыкновенная (50)	Булочка "Домашняя" (70)	Печенье (20)	Пряник (30)	Пастила (20)
			мармелад (20)						Печенье (20)
ужин									
Салат из моркови с яблоками (60)	Огурец свежий (60)	Салат из белокачан- ной капусты (60)	Салат "детские годы" (60)	Салат "Летний" (60)	Свекла порциями (200)	Салат из свеклы с сыром и чесноком (60)	Салат из моркови с изюмом и р.м. (60)	Морковная запеканка (180)	Салат картофель-ный (60)
Сырники с изюмом (150)	Картофель тушеный 2 вар. (150)	Омлет (150)	Пюре картофельное (150)	Капуста тушеная (200)	Макароны с сыром (180)	Пюре картофельное (150)	Сырники из творога (150)	Соус фруктовый из кураги (50)	Омлет (150)
Соус сметанный сладкий (50)	Рыба запеченая с сыром (80)	Хлеб ржаной (30)	Суфле из печени (80)	Пудинг из свинины (80)	Хлеб ржаной (20)	Суфле рыбное (80)	Соус молочный (сладкий) (30)	Хлеб ржаной (20)	Хлеб ржаной (30)
Батон (37)	Хлеб ржаной (20)	Батон (35)	Хлеб ржаной (30)	Батон (35)	Батон (35)	Хлеб ржаной (30)	Батон (35)	Батон (35)	Батон (35)

Чай с молоком (180)	Батон (35)	Чай без сахара (180)	Чай с сахаром (180)	Чай с сахаром и лимоном (180)	Чай с сахаром (180)	Чай с сахаром и лимоном (180)	Чай без сахара (180)	Чай с сахаром и лимоном (180)	Чай с сахаром (180)
	Чай с сахаром и лимоном (180)								