

Утверждаю. Заведующий МКДОУ №159

приказ от 15.11.2024 № 107

*Нина Николаевна*



## Примерное меню: осень-зима с 18.11.24 по 29.02.25

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)	Сметанный соус (30)	Батон (25)	Батон (25)	Батон (25)	Батон (25)	Батон (25)	Батон (25)
Масло (5)	Сыр порц.(13)	Масло (5)		Батон (35)		Масло (5)	Сыр порц. (13)	Масло (5)	Масло (5)
Кофейный напиток (200)	Какао с молоком (200)	Кофейный напиток (200)	Масло (5)	Кофейный напиток (200)	Масло (5)	Какао с молоком (180)	Яйца вареные (40)	Какао с молоком (200)	Кофейный напиток (200)
			какао с молоком (200)	яйца вареные (40)			Кофейный напиток (200)		
завтрак 2									
Сок (200)	Яблоко (100)	Сок (200)	яблоко (100)	Сок (200)	Яблоко (100)	Сок (200)	Яблоко (100)	Сок (200)	Яблоко (100)
обед									
Салат "степной" из раз.овощей (60)	САЛАТ "ДЕРЕВЕНСКИЙ" (60)	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (60)	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ (60)	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (60)	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ. (60)	Салат из моркови с р. м.(60)	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (60)	Салат из отварного картофеля, моркови, с луком, сол.огурцом и р.м. (60)	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ (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 вегетарианский (200))	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ (200)	УХА РЫБАЦКАЯ (200)

КАПУСТА ТУШЕНАЯ (150)	Каша гречневая рассыпчатая (130)	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА) (200)	Макароны отварные (150)	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (200)	Картофель тушеный 2 вариант (150)	ПЛОВ С КУРОЙ (200)	Картофель отварной (150)	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (150)	Пюре Картофель- ное (150)
Котлеты, биточки, шницели (80)	Печень по- строгановски (80)		Котлеты натуральные из филе птицы (80)	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (80)	Биточки по- белорусски (80)		КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (80)	Биточки из кур(80) ПОДЛИВ (50)	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ (80)
Хлеб ржаной (30)	Хлеб ржаной (30)	Батон (25)	Подлив (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 (30)	Подлив (30)	Батон (20)	Батон (35)	Хлеб ржаной (30)	Батон (20)	Компот из сухофруктов (180)
	Компот из изюма (180)	Компот из сухофруктов (180)	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК с ИЗЮМОМ (180)	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (180)	Компот из сухофруктов (180)	Компот из изюма (180)	Батон (20) КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (180)	Компот из изюма (180)	

**ПОЛДНИК**

Молоко (200)	Кефир с сахаром (200)	Молоко (200)	Кефир (200)	Молоко (200)	Молоко (200)	кефир (200)	Молоко (200)	Кефир (200)	Молоко (200)
Пряник (55)	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ (50)	Ватрушка со сметаной (70)	Печенье (20)	Пряник (30)	Булочка "Творожная" (50)	Булочка "Домашняя" (70)	Печенье (30)	Пряник (30)	Булочка "Веснушка" (70)
			батон (30)	Батон (20)				Батон (35)	

**УЖИН**

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (60)	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ (60)	САЛАТ КАРТОФЕЛЬН ЫЙ (60)	САЛАТ `ЗДОРОВЬЕ` (60)	САЛАТ `ОСЕННИЙ` (60)	Свекла порциями (60)	САЛАТ `ДАЧНЫЙ` (60)	Салат из моркови с изюмом и р.м. (60)	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА (200)	САЛАТ `ЗДОРОВЬЕ` (60)
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (150)	Картофель тушеный 2 вар. (150)	Омлет (150)	Пюре картофельное (150)	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ (200)	Макароны с сыром (180)	Пюре картофельное (150)	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (150)	Соус фруктовый из кураги (50)	Омлет (150)

