

Утверждаю:
Заведующий МДОУ «Детский сад №19»
Коновалова Т.В.
Приказ № __ от _____

Ежедневное двухнедельное цикличное меню для организации питания детей от 3 до 7 лет с 12-часовым пребыванием детей

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
Каша вязкая «Дружба» 200 Чай 200 Печенье сахарное 30 2 завтрак: кефир 200	Каша ячневая вязкая 200 Какао с молоком 200 Б/д с маслом 35/5/Яйцо 20 2 завтрак: сок 200	Каша пшениная вязкая 200 Чай с сахаром 200 Б/д с маслом 20/5 2 завтрак: кефир 200	Каша овсяная 200 Кофейный напиток с молоком 200 Б/д с маслом 20/7 2 завтрак: кефир 200	Каша рисовая жидкая.200 Чай 200 Б/д с маслом 35/5 2 завтрак: кефир 200
обед	обед	обед	обед	обед
Салат из квашеной капусты 60 Суп картоф. с горохом, мясом 250 Котлета мясная 75 Каша гречневая рассыпчатая 130 Компот из с/фруктов 200 Хлеб ржано-пшеничный 45	Огурец (порц.) 50 Суп картофельный с рыбой крупой и сметаной 250 Голубцы ленивые 200 Компот из сухофруктов 200 Хлеб ржано-пшеничный 45	Салат витаминный 60 Суп из овощей со сметаной 250 Рыба отварная с соусом польским 80/50 Пюре картофельное 150 Компот из сухофруктов 200 Хлеб ржано-пшеничный 45	Салат из моркови 60 Суп-пюре из картофеля с мясом 250 Гуляш из курицы 75/40 Рис припущенный 150 Компот из с/х фруктов 200 Хлеб ржано-пшеничный 45	Салат из свежей капусты 60 Суп крестьянский с мясом и сметаной 250 Картофель по-домашнему 200 Кисель 200 Хлеб ржано-пшеничный 045
Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник
Макароны сладкие 150 Чай с лимоном 200 Батон 30	Сдоба обыкновенная 100 Чай с лимоном 200	Запеканка из творога с вареньем 150/25 Кисель из варенья 200	Салат из варенных овощей 150 Чай с лимоном 200 Батон 20	Омлете 105/яйцо вареное Б/д с маслом 25/7 Чай с лимоном 200, фрукты свежие 150
6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
Каша гречневая молочная 200 Чай 200 Вафля 30 2 завтрак: кефир 200	Каша геркулесовая 200 Чай 200 Б/д с маслом 35/5 2 завтрак: сок 200	Вермишель молочная 200 Какао с молоком 200 Б/д с маслом 30/7 2 завтрак: сок фруктовый 200	Каша манная вязкая 200 Чай с сахаром 200 Б/д с маслом и 25/7 2 завтрак: сок фруктовый 200	Каша вязкая «Ассорти» 200 Кофейный напиток 200 Б/д с маслом и яйцом 35/5/20 2 завтрак: сок фруктовый 200
обед	обед	обед	обед	обед
Салат из квашеной капусты 60 Рассольник с мясом и сметаной 250 Макаронник с мясом (запеч.)200 Компот из сухофруктов 200 Хлеб ржано-пшеничный 45	Салат из моркови 60 Щи с картофелем, мясом, смет. 250 Плов 200 Компот из сухофруктов 200 Хлеб ржано-пшеничный 45	Зеленый горошек отвар. 60 Суп картоф. с фрикадельками 250/35 Котлета рыбная 80 Пюре картофельное 150 Компот из сухофруктов 200 Хлеб ржано-пшеничный 45	Салат витаминный 50 Бульон куриный с гренками 250 Котлета мясная 75 Макароны 150 Компот из сухофруктов 200 Хлеб ржано-пшеничный 45	Салат из квашеной капусты 60 Борщ из свежей капусты и карт. с мясом и сметаной 250 Оладьи из печени 80 Рис припущенный 150 Компот из с/фруктов 200 Хлеб ржано-пшеничный 45
Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник
Сосиска отварная 60 Сложный гарнир 75/75 Чай с сахаром 200 Батон 20	Каша гречневая рассыпчатая 150 чай 200 Печенье 30	Запеканка из творога с вареньем 150/25 Чай с сахаром 200	Оладьи с вареньем 150/25 Чай с лимоном 200, фрукты свежие 150	Тефтели в мол. Соусе 80/50 Чай с лимоном 200, батон 20 Фрукты свежие 150