



МБДОУ «Солнышко» с. Суворовское  
 10-тидневное меню на зимне-весенний период для воспитанников 3-7 лет

1 – неделя

10.5 часов раб.

понедельник			вторник			среда			четверг			пятница		
ЗАВТРАК		Выход	ЗАВТРАК		Выход	ЗАВТРАК		Выход	ЗАВТРАК		Выход	ЗАВТРАК		Выход
99	Суп молочный манный	180	190	Каша вязкая рисовая	180	101	Суп молочный ячневый	180	101	Суп молочный гречневый	180	101	Суп молочный овсяный	180
3	Бутерброд с сыром	30/5/10	2	Бутерброд с повидлом	30/5/20	3	Бутерброд с сыром	30/5/10	1	Бутерброд с маслом	30/10	1	Бутерброд с маслом	30/10
411	Чай с сахаром	180	411	Чай с сахаром	180	416	Какао с молоком	180	411	Чай с сахаром	180	416	Какао с молоком	180
	2-завтрак			2-завтрак			2-завтрак			2-завтрак			2-завтрак	
418	Сок	180	418	Сок	180	386	Фрукты свежие	100	418	Сок	180	418	Сок фруктовый	180
	ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД	
23	Салат из картофеля с соленым огурцом	60	37	Салат из свеклы с соленым огурцом	60	41	Салат из моркови и яблока	60	21	Салат из белокочанной капусты	60	46	Винегрет овощной	60
86	Суп картофельный с крупой пшеничной	180	88	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	65	Борщ вегетарианский со сметаной	180	86	Суп картофельный с крупой (пшено)	180	86	Суп картофельный с крупой (рис)	180
322	Котлета рубленая из птицы	80	261	Рыба, тушеная с овощами	70	321	Плов из птицы	150	272	Котлета рыбная любительская	80	293	Гуляш из филе	80
334	Рис отварной с овощами	150	336	Картофель отварной	150				339	Картофельное пюре	150	182	Каша гречневая вязкая	150
390	Компот из свежих плодов	180	417	Компот из шиповника	180	390	Компот из свежих плодов	180	394	Компот из сухофруктов	180	390	Компот из свежих плодов	180
	Хлеб пшеничный	20		Хлеб пшеничный	30		Хлеб пшеничный	30		Хлеб пшеничный	30		Хлеб пшеничный	30
	Хлеб ржаной	40		Хлеб ржаной	40		Хлеб ржаной	40		Хлеб ржаной	40		Хлеб ржаной	40
	ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК	
229	Омлет Хлеб пшеничный	80 20		Кондитерские изделия	40	441	Ватрушка с творогом	50	220	Макароны отварные с сыром	150/16, 5		Кондитерские изделия	40
412	Чай с лимоном	180	420	Кисломолочные продукты	180	411	Чай с сахаром	180	412	Чай с лимоном	180	419	Молоко	180

понедельник			вторник			среда			четверг			пятница		
ЗАВТРАК		Выход	ЗАВТРАК		Выход	ЗАВТРАК		Выход	ЗАВТРАК		Выход	ЗАВТРАК		Выход
101	Суп молочный пшеничный	180	101	Суп молочный рисовый	180	100	Суп молочный с макаронными изд	180	101	Суп молочный манный	180	191	Каша вязкая пшеничная с молоком	200
2	Бутерброд с повидлом	30/5/20	2	Бутерброд с маслом	30/10	1	Бутерброд с маслом	30/10	2	Бутерброд с повидлом	30/5/20	2	Бутерброд с повидлом	30/5/20
414	Кофейный напиток с молоком	180	411	Чай с сахаром	180	412	Чай с лимоном	180	411	Чай с сахаром	180	412	Чай с лимоном	180
	2-завтрак			2-завтрак			2-завтрак			2-завтрак			2-завтрак	
418	Сок фруктовый	180	386	Фрукты свежие	100	386	Фрукты свежие	100	418	Фрукты свежие	180	386	Фрукты свежие	100
	ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД	
41	Салат из моркови и яблока	60	21	Салат из капусты белокочанной	60	23	Салат из картофеля и соленых огурцов	60	46	Винегрет овощной	60	21	Салат из белокочанной капусты	60
73	Щи из свежей капусты с картофелем	180	87/123	Суп гороховый с гренками	180/20	86	Суп картофельный с крупой гречневой	180	95	Суп с рыбными консервами	180	82	Рассольник ленинградский со сметаной	180
303	Тефтели мясные	70	247	Тефтели рыбные тушеные	70	315/372	Голубцы ленивые с сметанным соусом	150	293	Гуляш из филе	80	261	Рыба, тушенная с овощами	80
			372	Сметанный соус	40									
219	Макаронные изделия отварные с маслом	150	336	Картофель отварной	140				182	Каша гречневая вязкая	140	332	Рис отварной	150
390	Компот из свежих плодов	180	417	Напиток из плодов шиповника	180	394	Компот из свежих плодов	180	394	Компот из сухофруктов	180	394	Компот из свежих плодов	180
	Хлеб пшеничный	30					Хлеб пшеничный	30		Хлеб пшеничный	20		Хлеб пшеничный	30
	Хлеб ржаной	40		Хлеб ржаной	40		Хлеб ржаной	40		Хлеб ржаной	40		Хлеб ржаной	40
	ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК	
472	Булочка «К чаю»	50		Кондитерские изделия	40	441	Ватрушка с творогом	50	229	Омлет Хлеб пшеничный	80 20		Кондитерские изделия	40
411	Чай с лимоном	180	420	Кисломолочные продукты	180	411	Чай с сахаром	180	412	Чай с лимоном	180	419	Молоко	200