



МБДОУ «Солнышко» с. Суворовское
10-тидневное меню на летний период для воспитанников 2-3 лет

1 – неделя

10.5 часов раб.

	понедельник		вторник		среда		четверг		пятница			
	Выход	ЗАВТРАК	Выход	ЗАВТРАК	Выход	ЗАВТРАК	Выход	ЗАВТРАК	Выход	ЗАВТРАК		
101	150	Суп молочный маняный	150	Каша вязкая рисовая	150	Каша вязкая молочная пшеничная	150	101	150	229	Омлет натуральный	130
1	25/5	Бутерброд с маслом	1	Бутерброд с маслом	25/5	3	Бутерброд с сыром	1	25/5/8	3	Бутерброд с сыром	25/5/8
411	150	Чай с сахаром	412	Чай с лимонном	150	Какао с молоком	150	413	150	412	Чай с лимоном	150
		2-завтрак		2-завтрак		2-завтрак					2-завт.	
386	95	Фрукты свежие (яблоко)	418	Сок фруктовый	150	Фрукты свежие (яблоко),	95	386	95	418	Сок фруктовый	150
		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД					ОБЕД	
21	40	Салат из белокочанной капусты	13	Салат из свеж огурцов	30	Салат из свежих помидоров с луком	40	13	40	20	Салат из зеленых огурцов с луком	40
88	150	Суп картофельный с макаронными изделиями	86	Суп картофельный с крупой пшеничной	150	Борщ с мясом	150	91/60	150	86	Суп картофельный с крупой перловой	150
293	52	Гуляш из отварного мяса	277	Тефтели рыбная тушеная	55	Печень в сметане	60	259	60	321	Плов из птицы	130
								277		20		
330	110	Каша рассыпчатая (пшено)	219	Отварные макароны с маслом	110	Каша гречневая вязкая	110	332	110			
390	150	Компот из свежих плодов	417	Напиток из шиповника	150	Компот из свежих плодов	150	390	150	390	Компот из свежих плодов	150
	20	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20		20		Хлеб пшеничный	20
	30	Хлеб ржаной		Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	30		30		Хлеб ржаной	30
		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК					ПОЛДНИК	
442	60	Пирог открытый	250	Пудинг из творога и риса	130	Булочка домашняя с помадкой	50	225	130		Залесанка из макарон и творога	30
419	150	Молоко кипяченое	411	Чай с сахаром	150	Кисломолочные продукты (Кефир)	160	412	150	419	Молоко кипяченое	150

2- неделя

понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
ЗАВТРАК	Выход	ЗАВТРАК	Выход	ЗАВТРАК	Выход	ЗАВТРАК	Выход	ЗАВТРАК	Выход
101	150	101	150	101	150	101	150	101	150
		Суп молочный гречневый		Суп молочный маняный		Суп молочный пшеничный		Суп молочный рисовый	
1	25/5	1	25/5/8	1	25/5	3	25/5/8	1	25/5/8
		Бутерброд с сыром		Бутерброд с маслом		Бутерброд с сыром		Бутерброд с маслом	
416	150	413	150	412	150	411	150	412	150
		Какао с молоком		Чай с лимоном		Чай с сахаром		Чай с лимоном	
418	150	386	95	418	150	386	95	418	150
		2-завтрак		2-завтрак		2-завтрак		2-завтрак	
		Сок фруктовый		Сок фруктовый		Фрукты свежие (яблоко)		Сок фруктовый	
		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
86	150	14	40	15	40	13	40	21	40
		Суп картофельный с крупной пшено		Салат из свежих помидоров с луком		Салат из свежих помидоров и огурцов		Салат из свежих огурцов	
303	60	261	60	315	130	322	60	292	130
		Тфтели мясные		Рыба, тушенная с овощами		Голубцы ленивые		Котлета рубленая из птицы	
142	120	332	110	417	150	182	110		
277	20	87/123	150/20						
		Капуста тушенная		Рис отварной с маслом		Пюре картофельное			
390	150	390	150	417	150	390	150	390	150
		Компот из свежих плодов		Компот из свежих плодов		Компот из свежих плодов		Компот из свежих плодов	
		Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный	
0	30		30		30		30		30
		Хлеб ржаной		Хлеб ржаной		Хлеб ржаной		Хлеб ржаной	
		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
		Кондитерские изделия (вафли)		Омлет натуральный		Запеканка из творога и макарон		Кондитерские изделия (печенье)	
420	150	411	150	419	150	420	150	419	150
		Кондитерские изделия (вафли)		Чай с сахаром		Молоко кипяченое		Молоко кипяченое	