

Заведующий МДОУ «Солнышко»



# МЕНЮ

1-3

11.11



1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>Завтрак</b>									
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20	ПЕЧЕНЬЕ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20	ПЕЧЕНЬЕ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20	ПЕЧЕНЬЕ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ 20
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С ЯБЛОКОМ И КУРАГОЙ 130/20/10	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ 150	ОМЛЕТ С СЫРОМ 130	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ "ТЕРКУЛЕС" 130	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗМАННОЙ КРУПЫ 130	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 130	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 115/35	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ 130	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 130	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 115/35
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 30	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 175/5	ФИТОЧАЙ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20							
<b>II Завтрак</b>									
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ 150	КЕФИР 180	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 95	КЕФИР 180	КЕФИР 180	ЯБЛОКО 95	КЕФИР 180	КЕФИР 180	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 95	КЕФИР 180
<b>Обед</b>									
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 30	КАПУСТА ТУШЕННАЯ 30	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ 30	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ДОЛЬКАМИ 30	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 30	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 30	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 30	КАПУСТА КВАШЕННАЯ 30	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ДОЛЬКАМИ 30	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ 30
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФИРИКАДЕЛЬКАМИ 180/45	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНСКО-ГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 180	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ 180/35/12	СУП КОРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФИРИКАДЕЛЬКАМИ 180/40	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 180/30	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 180/15
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ 60	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ 35/25	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 40/120	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 40/20	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 130/30	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ 40/20	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ 45/115	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 30/20	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАНЫ И СОУСОМ 130/30	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ 40/20
РАГУ ОВОЩНОЕ 110	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ 90/20	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 120	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И СЛИВ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ 90/20	СОК ПЕРСИКОВЫЙ 150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 120
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 150	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20		ХЛЕБ РЖАНОЙ 20		ХЛЕБ РЖАНОЙ 20		ХЛЕБ РЖАНОЙ 20		ХЛЕБ РЖАНОЙ 30
<b>Полдник</b>									
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ 60	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОВОЩАМИ С СОУСОМ 100/20	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 100/15	КАПУСТА КВАШЕНАЯ 30	КАПУСТА ТУШЕННАЯ 30	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ 60	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 110	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ 60	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 50	КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЛАДЬКИ С СЫРОМ 110/20
ФИТОЧАЙ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 60	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 60	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	СОК АБРИКОСОВЫЙ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	СОК ВИНОГРАДНЫЙ 150
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ 95	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20		ФИТОЧАЙ 150	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150		ХЛЕБ РЖАНОЙ 20			
			ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20					



# МЕНЮ

3-7

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>I Завтрак</b>									
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ 25	ПЕЧЕНЬЕ 50	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ 25	ПЕЧЕНЬЕ 50	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ 25	ПЕЧЕНЬЕ 50	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ 25
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С ЯБЛОКОМ И КУРАГОЙ 180/25/15	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ 200	ОМЛЕТ С СЫРОМ 150	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ "ТЕРКУЛЕС" 200	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАИНОЙ КРУПЫ 180	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ 150	ЗАПЕКАНКА И ЗТВОРОГА СО СГУЩЕНЬМ МОЛОКОМ 125/15	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНАЯ 180	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ 150	ЗАПЕКАНКА ИЗТВОРОГА СО СГУЩЕНЬМ МОЛОКОМ 125/15
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 50	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	ФИТОЧАЙ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	
		ХЛЕБ ПШЕН. 20							
<b>II Завтрак</b>									
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ 200	КЕФИР 180	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	КЕФИР 180	КЕФИР 180	ЯБЛОКО 100	КЕФИР 180	КЕФИР 180	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	КЕФИР 180
<b>Обед</b>									
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 50	КАПУСТА ТУШЕННАЯ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ 50	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ДОЛЬКАМИ 50	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ 50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 50	КАПУСТА КВАШЕНАЯ 50	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ДОЛЬКАМИ 50	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ 50
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 180/45	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 180	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ 180/50/15	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 180/35	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 180/30	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 180/15
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ 70	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 40/30	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 50/150	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 45/25	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 165/35	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ 45/25	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ 55/145	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 50/20	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ 160/40	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ 50/20
РАГУ ОВОЩНОЕ 150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ 110/40	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ 110/40	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 200	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 180	КОМПОТ ИЗ СУХОФ. 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30		ХЛЕБ РЖАНОЙ 30		ХЛЕБ РЖАНОЙ 30		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
<b>Полдник</b>									
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ 60	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОВОЩАМИ С СОУСОМ 160/40	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕНЬМ МОЛОКОМ 120/15	КАПУСТА КВАШЕННАЯ 50	КАПУСТА ТУШЕННАЯ 50	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ 60	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 130	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ 60	ВАТРУШКА ОТВАРНОЙ 70	КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЛАДЫ С СЫРОМ 125/25
ФИТОЧАЙ 200	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 70	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	СОК АБРИКОСОВЫЙ 200	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	СОК ВИНОГРАДНЫЙ 200
ЯБЛОКО 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20		ФИТОЧАЙ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20		
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕН 20					