

10-дневное меню для питания детей, посещающих МКДОУ «Ясеновской детский сад» **ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД**

1-й день понедельник	2-й день вторник	3-день среда	4-й день четверг	5-день пятница	6-й день понедельник	7-й день вторник	8-день среда	9-й день четверг	10-день пятница
ЗАВТРАК Каша манная вязкая (200) Бутерброд с маслом (30/10) Чай с лимоном (180)	ЗАВТРАК Вареники ленивые в сметанном соусе (155/30) Бутерброд с сыром (30/15) Какао с молоком (180)	ЗАВТРАК Каша «дружба» (200) Бутерброд с маслом (30/10) Кофейный напиток с молоком (180)	ЗАВТРАК Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными (200) Бутерброд с сыром (30/15) Чай с лимоном (180)	ЗАВТРАК Омлет натуральный (155) Бутерброд с повидлом (30/20) Кофейный напиток с молоком (180)	ЗАВТРАК Каша вязкая рисовая молочная (200) Бутерброд с маслом (30/10) Чай с лимоном (180)	ЗАВТРАК Каша гречневая с сахаром (150) Бутерброд с сыром (30/15) Молоко кипяченное (180)	ЗАВТРАК Каша вязкая пшеничная молочная (200) Бутерброд с маслом (30/10) Какао с молоком (180)	ЗАВТРАК Суп молочный с макаронными изделиями (200) Бутерброд с повидлом (30/20) Чай с лимоном (180)	ЗАВТРАК Омлет натуральный (155) Бутерброд с сыром (30/15) Кофейный напиток с молоком (180)
2-Й ЗАВТРАК Сок ягодный (150)	2-Й ЗАВТРАК Фрукт (100)	2-Й ЗАВТРАК Напиток кисломолочны й (150)	2-Й ЗАВТРАК Фрукт (100)	2-Й ЗАВТРАК Фрукт (100)	2-Й ЗАВТРАК Сок ягодный (150)	2-Й ЗАВТРАК Фрукт(100)	2-Й ЗАВТРАК Напиток кисломолочны й (150)	2-Й ЗАВТРАК Фрукт (100)	2-Й ЗАВТРАК Напиток кисломолочный (150)
ОБЕД Салат из моркови (60) Щи из свежей капусты с картофелем (250) Шницель рыбный (80) Пюре картофельное (150) Компот из свежих фруктов(180)	ОБЕД Салат из свеклы (60) Суп картофельный с макаронными изделиями (200) Голубцы ленивые в томатно- сметанном соусе (200) Кисель (180)	ОБЕД Салат из свеж. огурцов (60) Суп картофельный с бобовыми (250) Биточки в томатно- сметанном соусе (80/15) Каша гречневая рассыпчатая (150) Сок (180)	ОБЕД Салат из белокочанной капусты (60) Свекольник со сметаной (250) Гуляш (80) Макаронные изделия с маслом (130) Компот из с/ф (200)	ОБЕД Салат из свежих помидоров с луком (60) Суп «Полевой» (200) Котлета рыбная (75) Пюре картофельное (150) Напиток из плодов шиповника (180)	ОБЕД Салат из моркови и яблок (60) Суп с рыбными консервами (200) Жаркое по – домашнему (200) Компот из свежих фруктов (180)	ОБЕД Салат из горошка зеленого консервированн ого (60) Борщ с капустой и картофелем (200) Плов из птицы (180) Компот из с/ф (200)	ОБЕД Салат из свеклы (60) Суп вермишелевый (200) Рагу овощное с мясом (200) Сок (180)	ОБЕД Салат из свежих огурцов (60) Суп шахтерский (200) Тефтели мясные с рисом в томатном соусе (80/80) Пюре картофельное (150) Напиток из плодов шиповника (180)	ОБЕД Салат из белокочанной капусты (60) Суп картофельный (200) Биточки рыбные в сметанном соусе (80/30) Рис отварной (150) Компот из свежих фруктов (180)
ПОЛДНИК Печенье (50) Напиток кисломолочны й (180)	ПОЛДНИК Оладьи со сгущенным молоком (100/15) Напиток кисломолочный (150)	ПОЛДНИК Капуста тушеная (130) Вафли (50) Чай с сахаром (180)	ПОЛДНИК Запеканка из творога (120) Напиток кисломолочный (180)	ПОЛДНИК Печенье (50) Напиток кисломолочный (150)	ПОЛДНИК Печенье (50) Напиток кисломолочны й (150)	ПОЛДНИК Макароны отварные (150) Напиток кисломолочный (180)	ПОЛДНИК Биточки манные (120) Кисель (200) Фрукт (100)	ПОЛДНИК Сырники из творога с молоком сгущенным (110/15) Напиток кислом. (180)	ПОЛДНИК Рагу из овощей (150) Чай с сахаром (180)

