

Меню детский сад
на период с 04.10.2021 по 08.10.2021

Понедельник	Завтрак 1. Каша манная 200 гр 2. Кофейный напиток 180 гр 3. Булка с маслом 30 гр.
	Второй завтрак 1. Фрукты 75 гр.
	Обед 1. Суп крестьянский 200 гр. 2. Каша гречневая 150 гр. 3. Салат из сол. огурцов 60 гр. 4. Гуляш из говядины 60/60 гр. 5. Компот из св. фруктов 180 гр. 6. Хлеб ржаной 50 гр.
	Полдник 1. Булочка сдобная 40 гр. 2. Напиток из шиповника 200 гр.
	Ужин 1. Овощная запеканка с молочным соусом 150/40 гр. 2. Сарделька отварная 69 гр. 3. Чай 180 гр. 4. Хлеб пшеничный 30 гр.
Вторник	Завтрак 1. Каша рисовая 200 гр. 2. Какао 180 гр. 3. Бутерброд с маслом, сыром 35/5/10гр.
	Второй завтрак 1. Фрукты 75 гр.
	Обед 1. Салат из свежей капусты , помидоров и огурцов 60 гр. 2. Суп картофельный с макаронами 200 гр. 3. Шницель рыбный 80/5 гр. 4. Картофельное пюре 150 гр. 5. Компот с курагой 180 гр. 6. Хлеб ржаной 50 гр.
	Полдник 1. Пряник 35 гр. 2. Молоко 200 гр.
	Ужин 1. Винегрет овощной, яйцо вареное 120 гр. 2. Пирог открытый с яблочным фаршем 80 гр. 3. Чай с молоком 180 гр. 4. Хлеб пшеничный 30 гр.
Среда	Завтрак 1. Каша овсяная 200 гр. 2. Чай с молоком 180 гр. 3. Бутерброд с маслом 35/5 гр.
	Второй завтрак

	<p>1.Фрукты 75 гр.</p> <p>Обед</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Суп с клецками 200/25 гр. 2. Салат с зеленым горошком 60 гр 3. Суфле из курицы 80 гр. 4. Капуста тушенная с яблоками 150 гр. 5. Компот с изюмом 180 гр. 6. Хлеб ржаной 50 гр. <p>Полдник</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Плюшка «Московская» 45 гр. 2. Простокваша «Латошка» 160 гр. <p>Ужин</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Салат из моркови 120 гр. 2. Запеканка из творога 150 гр. 3. Соус яблочный 30 гр. 4. Сок 180 гр. 5. Хлеб пшеничный 20 гр.
Четверг	<p>Завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша «Дружба» (рис, пшено) 200 гр. 2. Бутерброд с маслом, сыром 35/5/10 гр. 3. Кофейный напиток 150 гр. <p>Второй завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Фрукты 75 гр. <p>Обед</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Суп гороховый с гречками 200/20 гр. 2. Жаркое пол-домашнему 220 гр. 3. Салат из свежей капусты с морковью 60 гр. 4. Кисель из сока 180 гр. 5. Хлеб ржаной 50 гр. <p>Полдник</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Шанежка наливная 45 гр. 2. Кефир 200 гр. <p>Ужин</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Пудинг рыбный запеченный в молочном соусе 75/15 гр. 2. Пюре из овощей 150 гр. 3. Чай с молоком 180 гр. 4. Хлеб пшеничный 20 гр. 5. Огурец свежий 25 гр.
Пятница	<p>Завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша пшеничная 200 гр. 2. Бутерброд с маслом 35/5 гр. 3. Какао 180 гр. <p>Второй завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Фрукты 75 гр. <p>Обед</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Суп картофельный с рыбой 200 гр. 2. Рулет из говядины с яйцом, помидор 70/5/60 гр. 3. Свекла, тушенная в сметанном соусе 150/50 гр. 4. Компот из св. фруктов 180 гр.

	5. Хлеб ржаной 50 гр.
	Полдник 1. Булочка «Российская» 60 гр. 2. Молоко 200 гр.
	Ужин 1. Салат из моркови с курагой 120 гр. 2. Сырники из творога 130 гр. 3. Сгущенное молоко 25 гр. 4. Сок 180 гр. 5. Хлеб пшеничный 20 гр.