

**Ежедневное меню групп дошкольного возраста на период
22.11.2021 по 26.11.2021**

| | |
|-------------|---|
| Понедельник | Завтрак 1. Каша пшенная 200 гр 2. Кофейный напиток 180 гр 3. Печенье 40 гр |
| | Второй завтрак 1. Фрукты 75 гр |
| | Обед 1. Щи 200гр 2. Макароны отварные 150 гр 3. Биточки из говядины 80 гр. 4. Салат из сол. огурца 60 гр. 5. Компот из с/ фруктов 180 гр. 6. Хлеб ржаной 50 гр. |
| | Полдник 1. Ватрушка с повидлом 60 гр. 2. Сок 180 гр. |
| | Ужин 1. Омлет с овощами 160/5 гр. 2. Кукуруза консервированная 50 гр. 3. Чай с молоком 180 гр. 4. Хлеб пшеничный 30 гр. |
| Вторник | Завтрак 1. Каша ячневая 200 гр 2. Бутерброд с маслом, сыром 35/5/10 гр. 3. Какао 180 гр. |
| | Второй завтрак 1. Фрукты 75 гр. |
| | Обед 1. Борщ 200 гр. 2. Рыба фаршированная 80 гр. 3. Соус сметанный 30 гр. 4. Картофельное пюре с морковью 150 гр. 5. Салат из св. помидоров и огурцов 60 гр. 6. Компот из св. фруктов 180 гр. 7. Хлеб ржаной 50 гр. |
| | Полдник 1. Вафли 45 гр. 2. Молоко 200 гр. |

| | |
|---------|--|
| | <p>Ужин</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Капуста тушеная 150 гр. 2. Котлета из говядины 60 гр. 3. Зеленый горошек 40 гр. 4. Чай 180 гр. 5. Хлеб пшеничный 30 гр. |
| Среда | <p>Завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша гречневая 200 гр. 2. Бутерброд с маслом 35/5 гр. 3. Молоко 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. Рассольник «Ленинградский» 200 гр. 2. Птица тушеная с овощами 260 гр. 3. Св. помидор 60 гр. 4. Кисель из сока 180 гр. 5. Хлеб ржаной 50 гр. |
| | <p>Полдник</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Пирог с курагой 60 гр. 2. Простокваша «Латошка» 200 гр. |
| | <p>Ужин</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Салат из моркови с яблоком 120 гр. 2. Вареники ленивые 130 гр. 3. Соус яблочный 30 гр. 4. Чай с лимоном 180 гр. 5. Хлеб пшеничный 20 гр. |
| Четверг | <p>Завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша «Дружба» 200 гр. 2. Бутерброд с маслом, сыром 35/5/8 гр. 3. Кофейный напиток 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 овощной 200 гр. 2. Плов из отварной говядины 200 г 3. Салат из свеклы 60 гр. 4. Компот из свежих фруктов 180 гр. 5. Хлеб ржаной 50 гр. |
| | <p>Полдник</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Слойка «Свердловская» 60 гр. |

| | |
|---------|--|
| | 2. Ацидофилин 180 гр. |
| | Ужин 1. Рыба запеченная в омлете 80/5 гр. 2. Картофельное пюре, огурец соленый 150/40 гр. 3. Сок 180 гр. 4. Хлеб пшеничный 30 гр. |
| Пятница | Завтрак 1. Макароны с сыром, маслом 200 гр. 2. Бутерброд с маслом 35/5 гр. 3. Чай с молоком 180 гр. |
| | Второй завтрак 1. Фрукты 75 гр. |
| | Обед 1. Свекольник 200 гр. 2. Голубцы ленивые, соус сметанный 175/40 3. Салат из свежих огурцов 60 гр. 4. Компот из сухофруктов 180 гр. 5. Хлеб ржаной 50 гр. |
| | Полдник 1. Ватрушка с творогом 60 гр. 2. Сок 180 гр. |
| | Ужин 1. Тефтели рыбные 80 гр. 2. Картофель отварной 150гр. 3. Кукуруза консервированная 40гр. 4. Чай 180 гр. 5. Хлеб пшеничный 30 гр. |