

Меню для детей МДОБУ «Смоленский детский сад» с 3- 7 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
Макароны с маслом и сыром 190г /10г	Каша молочная манная 200г	Каша молочная гречневая 200г	Суп молочный пшеничный 200г	Омлет 150г	Каша гречневая рассыпчатая с сахаром 200г	Суп молочный вермишелевый 200г	Каша молочная «Дружба» 200г	Суп молочный рисовый 200г	Творожно – рисовая запеканка со сгущенным молоком 180г \20г
Чай на молоке 200г	Кофейный напиток с молоком 200г	Какао с молоком 200г	Кофейный напиток с молоком 200г	Какао с молоком 200г	Чай на молоке 200г	Кофейный напиток с молоком 200г	Какао с молоком 200г	Кофейный напиток с молоком 200г	Какао на молоке 200г
Хлеб пшеничный с маслом 40/5/10	Хлеб пшеничный с маслом 40/5	Хлеб пшеничный с маслом и сыром 40/5/10	Хлеб пшеничный с маслом 40/5	Хлеб пшеничный с маслом 40/5	Хлеб пшеничный с маслом и сыром 40/5/10	Хлеб пшеничный с маслом 40/5	Хлеб пшеничный с маслом и сыром 40/5/10	Хлеб пшеничный с маслом 40/5	Хлеб пшеничный с маслом и сыром 40/5/10
Второй завтрак									
Сок фруктовый 100г	Сок фруктовый 100г	Сок фруктовый 100г	Сок фруктовый 100г	Сок фруктовый 100г	Сок фруктовый 100г	Сок фруктовый 100г	Сок фруктовый 100г	Сок фруктовый 100г	Сок фруктовый 100г
Обед									
Хлеб ржаной \ пшеничный 50/40	Хлеб ржаной \ пшеничный 50/40г	Хлеб ржаной \ пшеничный 50/40	Хлеб ржаной \ пшеничный 50/20	Хлеб ржаной \ пшеничный 50/40	Хлеб ржаной \ пшеничный 50/40	Хлеб ржаной \ пшеничный 50/20	Хлеб ржаной \ пшеничный 50/40	Хлеб ржаной \ пшеничный 50/40	Хлеб ржаной \ пшеничный 50/40
Салат с зеленым горошком 60г	Салат « Овощной » 60г	Салат Из свежей капусты с яблоком 60г	Салат витаминный 60г	Винегрет 60г	Салат морковный 60г	Салат свекольный 60г	Салат « Овощной » 60г	Салат яблочно – морковный 60г	Салат Из свежей капусты с морковью 60г
Суп крестьянский с курицей со сметаной 200г	Щи с мясом со сметаной 200г	Суп гороховый с мясными фрикадельками и сметаной 200г	Свекольник с мясом со сметаной 200г	Щи рыбные со сметаной 200г	Суп рыбный со сметаной 200г	Борщ с мясом со сметаной	Суп куриный с вермишелью со сметаной	Щи мясные со сметаной	Суп мясной с клецками со сметаной 200г
Голубцы ленивые 200г	Тефтеля рыбная 70г	Суфле мясное 70г	Жаркое по – домашнему 200г	Плов с курицей 200г	Котлета куриная 60г	Оладьи из печени 70г	Ежики мясные	Гуляш 80г	Котлета мясная 70г
	Картофельное пюре 130г	Тушеная свекла 130г			Капуста тушеная 130г	Гороховое пюре 130г	Картофельное пюре 130г	Макароны отварные 120г	Тушеная свекла 130г
Компот из сухофруктов 200г	Компот из сухофруктов 200г	Компот из сухофруктов 200г	Компот из сухофруктов 200г	Компот из сухофруктов 200г	Компот из сухофруктов 200г	Компот из сухофруктов 200г	Компот из сухофруктов 200г	Компот из сухофруктов 200г	Компот из сухофруктов 200г
Полдник									
Крендель с сахаром 100г	Пудинг творожный со с/мол 180/20	Пирожок из дрожжевого теста с начинкой 100г	Хлеб пшеничный 20г Запеканка рыбная с сыром 150г	Сырники творожные со сгущенным Молоком 130/20	Блинчики с повидлом 100/20	Хлеб пшеничный 20г Рыба по – польски 150г	Творожники с изюмом и с/мол 130/20	Омлет 150г	Пирог с повидлом 100г
Яйцо отварное 40г	Чай с молоком 200г	Кофейный напиток с молоком 200г	Кефир с сахаром 180г	Кисель фруктовый 200г	Яйцо отварное 40г	Молоко 190г	Чай с молоком 200г	Кефир с сахаром 180г	Кисель фруктовый 200г
Молоко 190г	Кондитерские изделия 40г	Фрукты свежие 100г	Кондитерские изделия 40г	Фрукты свежие 100г	Молоко 190г	Кондитерские изделия 40г	Фрукты свежи 100г	Кондитерские изделия 40г	Фрукты свежие 100г

Заведующая МДОБУ
«Смоленский детский сад»



/Филатова Л.А./