

Примерное двадцатидневное меню

МБДОУ – детский сад № 201

Утверждено
 Завершающий МБДОУ детского сада № 201
 И.Г. Ларионова

день 11	день 12	День 13	день 14	день 15
Завтрак Каша геркулесовая на концентрированном молоке 150/200 Кофейный напиток со ступенным молоком 150/200 Батон йодированный с сыром 35/5/6, 40/6/9 10.00 – сок - 150/150	Завтрак Каша манная молочная с маслом сливочным 150/200 Какао с молоком 150/200 Батон йодированный с маслом с сыром 35/5/6, 40/6/9 10.00 – сок - 150/150	Завтрак Каша ячневая молочная с маслом сливочным 150/200 Кофейный напиток с молоком 150/200 Батон йодированный с маслом сливочным 35/5, 40/6 10.00 – фрукты 80/100	Завтрак Омлет натуральный 150/200 Кофейный напиток с молоком 150/200 Батон йодированный с маслом с сыром 35/5/6, 40/6/9 10.00 – фрукты 180/100	Завтрак Каша гречневая молочная с маслом слив. 150/200 Кофейный напиток с молоком 150/200 Батон йодированный с маслом 35/5, 40/6 10.00 – сок 150/200
Обед Помидор свежий 30/40 Суп – лапша с мясом кури 150/250 Плов с мясом кури 120/180 Напиток из шиповника 150/200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 20/30	Обед Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом 50/60 Рассольник с мясом со сметаной 150/250 Рыба жареная 60/80 Пюре картофельное 120/150 Компот из сухофруктов 150/200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 20/30	Обед Борщ с мясом со сметаной 150/250 Макароны отварные с овощами 120/150 Котлета из мяса 60/80 Компот из изюма 150/200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 20/30	Обед Отуец свежий 30/40 Суп рыбный 150/250 Греча рассыпчатая 120/180 Гуляш из мяса 60/80 Компот из чернослива 150/200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 20/30	Обед Суп гороховый с мясом 150/250 Запеканка картофельная с печенюю 150/180 Икра кабачковая 35/40 Компот из кураги 150/200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 20/30
Уплотненный полдник Запеканка из творога 80/100 Ступенное молоко 15/15 Кефир 150/200 Хлеб пшеничный 15/15	Уплотненный полдник Суп молочный 100/120 Пряник 30/35 Чай с сахаром 150/200 Хлеб пшеничный 21,5	Уплотненный полдник Запеканка из творога с изюмом 100/120 Ступенное молоко 15/15 Чай с сахаром 150/200 Снежок 150/200 Хлеб пшеничный 15/15	Уплотненный полдник Винегрет 40/60 Сдоба с сахаром 60/80 Чай с сахаром 150/200 Хлеб пшеничный 15/15	Уплотненный полдник Рагу овощное 100/200 Чай с сахаром 150/200 Хлеб пшеничный 15/15 Йогурт 150/200
Завтрак Каша пшеничная на концентрированном молоке 150/200 Кофейный напиток со ступенным молоком 150/200 Батон йодированный с повидлом (джемом) 35/5, 40/6 10.00 – Фрукты 80/100	Завтрак Каша дружба молочная с маслом сливочным 150/200 Какао с молоком 150/200 Батон йодированный с маслом с сыром 35/5/6, 40/6/9 10.00 – сок 150/150	Завтрак Каша пшеничная с маслом сливочным 150/200 Кофейный напиток с молоком 150/200 Батон йодированный, с маслом сл. и 10.00 – фрукты 80/100	Завтрак Омлет натуральный 150/200 Кофейный напиток с молоком 150/200 Батон йодированный с маслом сливочным 35/5, 40/6 10.00 – Сок 150/200	Завтрак Каша кукурузная молочная с маслом сливочным 150/200 Кофейный напиток с молоком 150/200 Батон йодированный с маслом 35/5, 40/6 10.00 – сок 150/150
Обед Суп куриный с домашней лапшой 150/250 Жаркое по домашнему 150/180 Зеленый горошек порционный 35/40 Напиток из шиповника 150/200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 20/30	Обед Кукуруза консервированная сладкая 35/40 Щи из св. капусты с мясом со сметаной 150/200 Рыба в омлете 150/180 Компот из сухофруктов 150/200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 20/30	Обед Свекольник с мясом со сметаной 150/250 Салат из моркови с сахаром 40/60 Котлеты из мяса 60/80 Пюре картофельное 120/150 Компот из изюма 150/200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 20/30	Обед Суп пюре картофельный с грибами 150/200 Голубцы ленивые с молочным соусом 150/180 Салат картофельный с соевым огурцом 40/60 Компот из чернослива 150/200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 20/30	Обед Суп картофельный с зеленым горошком с маслом 150/200 Макароны отварные 120/150 Печень по строгановски 60/80 Компот из кураги 150/200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 20/30
Уплотненный полдник Запеканка из творога 80/100 Ступенное молоко 15/15 Раженка 150/200 Хлеб пшеничный 15/20	Уплотненный полдник Суп молочный 100/120 Вафля 30/35 Чай с лимоном 150/200 Хлеб пшеничный 15/15	Уплотненный полдник Запеканка из творога с изюмом 80/100 Ступенное молоко 15/15 Снежок 150/200 Хлеб пшеничный 15/20	Уплотненный полдник Вагрушка со сметаной 60/80 Свекла тушеная 80/100 Чай с лимоном 150/200 Хлеб пшеничный 15/15	Уплотненный полдник Макароны отварные с сыром 100/120 Чай с сахаром 150/200 Хлеб пшеничный 15/15 Йогурт 150/200

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 669156940959655819463310575184336563501118402819

Владелец Ларионова Ирина Геннадьевна

Действителен с 17.01.2025 по 17.01.2026