

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №53 Руевакова Е.С./
Приказ № 170 от «05» декабря 2022г.

Примерное десятидневное меню МБДОУ №53 с 05.12.2022 г с 1,5- 3 лет



	Понедельник день №1		Вторник день №2		Среда день №3		Четверг день №4		Пятница день №5	
З А В Т Р А К	Суп молочный рисовый	150	Запеканка из творога со сгущенным молоком Какао с молоком Хлеб пшеничный	120/20	Каша манная с маслом Чай с сахаром Хлеб пшеничный	130/4 150 20	Суп молочный гречневый Кофейный напиток Хлеб пшеничный	150 150 20	Омлет Овощи отварные Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	110 50 150 20
	Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	150 20		150 20						
10. 00ч	Сок (фрукты)	100/120	Фрукты (сок)	100	Сок (фрукты)	100/ 120	Фрукты (сок)	100/120	Сок (фрукты)	100/120
О Б Е Д	Суп гороховый с грибами	150	Суп полевой со сметаной Овощное рагу с мясом Сок Хлеб пшеничный	140/5 150/7	Щи со сметаной Зразы мясные с яйцом/ соус томатный Каша ячневая Кисель Маринад морковный Хлеб пшеничный	140/10 50/20 100 150 45 40	Борщ со сметаной Запеканка картофельная с мясом (печенью) Овощи отварные Чай с сахаром Хлеб пшеничный	140/10 125 50 150 40	Рассольник со сметаной Печень по Строгановски Рис отварной Компот из с/ф Хлеб пшеничный	140/10 50 100 150 40
	Оладьи из печени/соус сметанный Лапша отварная Компот из с/ф Хлеб пшеничный	60/20 100 150 40		150 40						
П О Л Д Н И К	Кондитерские изделия Молоко кипячённое	21 150	Булочка в сахаре Чай с сахаром	45 150	Батон с маслом ,с сыром Какао с молоком	40 150	Ватрушка с творогом Молоко кипячённое	45 150	Кондитерские изделия Какао с молоком	21 150
У Ж И Н	Каша геркулесовая с маслом	130/4	Суп молочный с лапшой Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом	200 150 35	Рыба, припущенная в сметане(сельдь соленая с луком) Картофель отварной Кофейный напиток Хлеб пшеничный	85/45 120 150 35	Капуста тушеная с курицей (мясом) Какао с молоком Хлеб пшеничный	150 150 35	Тефтели рыбные/соус сметанный Картофельное пюре Чай с сахаром Хлеб пшеничный	50/20 100 150 35
	Яйцо вареное Чай с сахаром Хлеб пшеничный	20 150 35								

	Понедельник день №6		Вторник день №7		Среда день №8		Четверг день №9		Пятница день №10	
З А В Т Р А К	Каша пшеничная(ячме- вая) с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	130/4 150 20	Запеканка из творога со сгущенным молоком Какао с молоком Хлеб пшеничный	120/20 150 20	Каша пшеничная с маслом Чай с сахаром Хлеб пшеничный	130/4 150 20	Суп молочный рисовый Кофейный напиток Хлеб пшеничный	150 150 20	Каша манная с маслом Яйцо вареное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	130/4 40 150 20
10.0 0ч.	Сок (фрукты)	100/120	Фрукты (сок)	100	Фрукты (сок)	100/120	Сок (фрукты)	100/120	Сок (фрукты)	100/120
О Б Е Д	Суп с рыбами консервами Оладьи из печени /соус сметанный Лапша отварная Компот из с/ф Хлеб пшеничный	150 60/20 100 150 40	Щи со сметаной Плов с мясом маринад свекольный Сок Хлеб пшеничный	140/10 150 45 150 40	Борщ со сметаной Котлеты мясные/соус томатный Каша гречневая рассыпчатая Маринад морковный Кисель Хлеб пшеничный	140/10 50/20 110 45 150 40	Суп с лапшой Тефтели мясные Капуста тушеная Чай с сахаром Хлеб пшеничный	150 50 100 150 40	Свекольник со сметаной Печень по- Строгановски Рис отварной Овощи отварные Компот из с/ф Хлеб пшеничный	140/10 50 100 50 150 40
П О Л Д Н И К	Ватрушка с повидлом(творог ом) Молоко кипяченое	45 150	Кондитерские изделия Чай с сахаром	21 150	Батон с маслом ,с сыром Какао с молоком	40 150	Будочка венская Молоко кипяченое	45 150	Кондитерские изделия Какао с молоком	21 150
У Ж И Н	Омлет Овощи отварные Чай с сахаром Хлеб пшеничный	110 50 150 35	Суп молочный овсяный Яйцо вареное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный ,ржаной	150 20 150 35	Рыба припущенная в сметане Картофель отварной Кофейный напиток Хлеб пшеничный	85 120 150 35	Жаркое по – домашнему с курицей (мясом) Какао с молоком Хлеб пшеничный	150 150 40	Биточки рыбные/соус сметанный Картофельное порее Чай с сахаром Хлеб пшеничный	50/20 100 150 40