

Меню 1 день

Приемы пищи	понедельник	вес блюда, норма		Пещевые вещества						энергетическая ценность	
				белки		жиры		углеводы			
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Каша пшеничная молочная	150	200	4,5	5,72	6,42	8,47	18,06	22,49	149,16	190,76
	Какао с молоком	180	200	4,14	5,44	3,93	5,18	13,93	17,79	106,98	138,74
	Батон нарезной	30	30	2,25	2,25	0,87	0,87	15,4	15,5	78,6	78,6
	Масло сливочное	6	8	0,048	0,064	4,35	5,8	0,078	0,104	39,7	52,9
	Итого	366	438	10,938	13,474	15,57	20,32	47,468	55,884	374,44	461
2 завтрак	сок	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10,1	10,1	47	47
обед	Суп картофельный с гречневой крупой	180	200	1,8	2	2,02	2,24	12,2	13,6	74,3	82,6
	Макаронны отварные	130	150	4,81	5,55	4,29	4,95	25,6	29,6	160	185
	Гуляш из говядины	70	80	9,02	10,31	7,13	8,15	2,3	2,62	109,39	125
	Компот из сух/фр.	180	200	0,1971	0,2409	0,0396	0,0484	10,8229	14,1091	46,74	57,4
	Хлеб	30	35	2,04	2,38	0,39	0,455	11,9	13,9	59,4	67,3
	Итого	590	665	17,8671	20,4809	13,8696	15,8434	62,8229	71,2091	449,83	517,3
полдник	Булочка	70	80	6,72	7,68	1,54	1,76	39,3	45	199	227
	Молоко	200	200	6,08	6,08	5,42	5,42	10,1	10,1	113	113
	Итого	270	280	12,8	13,76	6,96	7,18	49,4	55,1	312	340
ужин	Омлет	200	200	17,2	17,2	26,2	26,2	4,3	4,3	320	320
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,1	0,1	9,3	9,3	38	38
	Хлеб	35	35	2,38	2,38	0,455	0,455	13,9	13,9	69,3	69,3
	Итого	435	435	19,78	19,78	26,755	26,755	27,5	27,5	427,3	427,3
Общий итог		1491	1638	61,8851	67,9949	63,2546	70,1984	197,2909	219,7931	1610,57	1792,6

Меню 2 день

Приемы пищи	вторник	вес блюда, норма		Пешевые вещества						энергетическая ценность	
				белки		жиры		углеводы			
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Каша кукурузная молочная	150	200	3,71	4,78	4,43	6,27	20,45	25,7	139,67	179,82
	Кофейный напиток	180	200	3,96	5,26	3,8	5,05	14,32	18,18	106,61	138,37
	Батон нарезной	30	30	2,25	2,25	0,87	0,87	15,4	15,5	78,6	78,6
	Сыр	4	6	0,928	1,39	1,18	1,77	0	0	14,4	21,6
	Итого	364	436	10,848	13,68	10,28	13,96	50,17	59,38	339,28	418,39
2 завтрак	Яблоко	95	100	0,38	0,4	0,38	0,4	9,31	9,8	44,7	47
обед	Рассольник с перловой крупой	180	200	1,7	2,36	4,07	4,57	13,67	16,92	92,38	118,2
	Жаркое по домашнему	170	200	13,77	16,66	9,02	10,46	34,26	42,31	273	329,1
	Компот из сух/фр.	180	200	0,1971	0,2409	0,0396	0,0484	10,8229	14,1091	46,74	57,4
	Хлеб	30	35	2,04	2,38	0,39	0,455	11,9	13,9	59,4	67,3
	Итого	560	635	17,7071	21,6409	13,5196	15,5334	70,6529	44,9291	471,52	572,00
полдник	Пряники	35	50	2,07	2,95	1,65	2,35	26,3	37,5	128	183
	Чай с молоком	180	200	1,26	1,4	1,26	1,4	10,1	11,2	54,9	61
	Итого	215	250	3,33	4,35	2,91	3,75	36,4	48,7	182,9	244,0
ужин	Каша гречневая с консервами Говядина тушеная	200	200	20,93	20,93	18,12	18,12	46,07	46,07	420,25	420,25
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,1	0,1	9,3	9,3	38	38
	Хлеб	35	35	2,38	2,38	0,455	0,455	13,9	13,9	69,3	69,3
	Итого	435	435	23,51	23,51	18,675	18,675	69,27	69,27	527,55	527,55
Общий итог		1454	1606	55,7751	63,5809	45,7646	52,3184	235,8029	232,0791	1565,95	1808,94

Меню 3 день

Приемы пищи	среда	вес блюда, норма		Пещевые вещества						энергетическая ценность	
				белки		жиры		углеводы			
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Каша Геркулес жидкая молочная	150	200	4,69	6,08	7,14	9,43	17,08	21,96	150,96	195,92
	Какао с молоком	180	200	4,14	5,44	3,93	5,18	13,93	17,79	106,98	138,74
	Батон нарезной	30	30	2,25	2,25	0,87	0,87	15,4	15,5	78,6	78,6
	Масло сливочное	6	8	0,048	0,064	4,35	5,8	0,078	0,104	39,7	52,9
	Итого	366	438	11,128	13,834	16,29	21,28	46,488	55,354	376,24	466,16
2 завтрак	сок	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10,1	10,1	47	47
обед	Суп гороховый	180	200	6,39	7,1	3,89	7,1	16,6	18,5	127	141
	Рис отварной	150	150	3,65	3,65	5,57	5,57	36,7	36,7	210	210
	Котлета рыбная	70	80	11,2	12,8	8,5	9,71	9,7	11,1	161	184
	Соус томатный	30	30	0,64	0,64	1,43	1,43	3,96	3,96	31,4	31,4
	Салат из горошек зеленый и соленый огурец	50	60	0,74	1,03	1,04	1,05	2,12	2,99	20,86	25,65
	Компот из сух/фр.	180	200	0,1971	0,2409	0,0396	0,0484	10,8229	14,1091	46,74	57,4
	Хлеб	30	35	2,04	2,38	0,39	0,455	11,9	13,9	59,4	67,3
	Итого	660	725	24,2171	27,2009	19,4296	23,9334	87,8429	97,2991	625	685,35
полдник	Пирожок с джемом	70	80	4,2	4,8	3,4	3,89	42,4	48,5	214	245
	Кисель из концентрата	180	200	0	0	0	0	13,5	15	54	60
	Итого	250	280	4,2	4,8	3,4	3,89	55,9	63,5	268	305
ужин	Салат Степной	200	200	3,34	3,34	7	7	13,3	13,3	130	130
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,1	0,1	9,3	9,3	38	38
	Хлеб	35	35	2,38	2,38	0,455	0,455	13,9	13,9	69,3	69,3
	Итого	435	435	5,92	5,92	7,555	7,555	36,5	36,5	237,3	237,3
Общий итог		1561	1698	45,9651	52,2549	46,7746	56,7584	236,8309	262,7531	1553,54	1740,81

Меню 4 день

Приемы пищи	вторник	вес блюда, норма		Пешевые вещества						энергетическая ценность	
				белки		жиры		углеводы			
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Запеканка творожная	130	150	17,8	20,5	11,8	13,6	12,9	14,9	236	272
	Соус сметанный	30	40	0,75	0,9	2,5	3	5,72	10,34	48,65	74,3
	Чай с лимоном	180	200	0,108	0,12	0,018	0,02	9,32	10,4	37,5	41,6
	Батон нарезной	30	30	2,25	2,25	0,87	0,87	15,4	15,5	78,6	78,6
	Сыр	4	6	0,928	1,39	1,18	1,77	0	0	14,4	21,6
	Итого	374	426	21,836	25,16	16,368	19,26	43,34	51,14	415,15	488,1
2 завтрак	Яблоко	95	100	0,38	0,4	0,38	0,4	9,31	9,8	44,7	47
обед	Свекольник	180	200	1,57	2,02	4,61	5,18	8,74	12,05	82,38	102,98
	Каша гречневая рассыпчатая	130	150	7,11	8,21	5,63	6,5	37,1	42,8	228	263
	Оладьи из печени по-Кузнецовски	60	70	10,4	12,1	7,02	8,19	7,08	8,26	133	155
	Салат с морской капустой	40	60	0,4	0,6	4	6	2,8	4,2	48,8	73,2
	Компот из сух/фр.	180	200	0,1971	0,2409	0,0396	0,0484	10,8229	14,1091	46,74	57,4
	Хлеб	30	35	2,04	2,38	0,39	0,455	11,9	13,9	59,4	67,3
	Итого	620	715	21,7171	24,9509	21,6896	26,3734	78,4429	82,8591	598,32	718,88
полдник	Печенье	35	50	2,63	3,75	3,43	4,9	26	37,2	145	208
	Компот из кураги	180	200	0,52	0,62	0,03	0,04	11,08	13,1	45,38	53,6
	Итого	215	250	3,15	4,37	3,46	4,94	37,08	50,3	190,38	261,6
ужин	Макароны отварные с сыром	150	150	7,17	7,17	2,38	2,38	39,35	39,35	210,98	210,98
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,1	0,1	9,3	9,3	38	38
	Хлеб	35	35	2,38	2,38	0,455	0,455	13,9	13,9	69,3	69,3
	Итого	385	385	9,75	9,75	2,935	2,935	62,55	62,55	318,28	318,28
Общий итог		1474	1626	56,8331	64,6309	44,8326	53,9084	230,7229	256,6491	1566,83	1833,86

Меню 5 день

Приемы пищи	среда	вес блюда, норма		Пещевые вещества						энергетическая ценность	
				белки		жиры		углеводы			
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Каша рисовая молочная	150	200	4,7	5,56	5,7	7,6	29,12	38,82	185,12	246,82
	Кофейный напиток	180	200	3,96	5,26	3,08	5,05	14,32	18,18	106,61	138,37
	Батон нарезной	30	30	2,25	2,25	0,87	0,87	15,4	15,5	78,6	78,6
	Масло сливочное	6	8	0,048	0,064	4,35	5,8	0,078	0,104	39,7	52,9
	Итого	366	438	10,958	13,134	14	19,32	58,918	72,604	410,03	516,69
2 завтрак	сок	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10,1	10,1	47	47
обед	Суп картофельный с клецками	180	200	7,2	8,4	6,57	7,38	8,1	12,34	123	153,4
	Гороховое пюре	130	150	13,9	16,1	3,17	3,66	25,2	29,1	185	214,0
	Биточки из говядины	70	80	9,09	10,39	8,83	10,09	4,34	4,96	133,11	152,13
	Компот из сух/фр.	180	200	0,1971	0,2409	0,0396	0,0484	10,8229	14,1091	46,74	57,4
	Хлеб	30	35	2,04	2,38	0,39	0,455	11,9	13,9	59,4	67,3
Итого	590	665	32,4271	37,5109	18,9996	21,6334	60,3629	74,4091	547,25	644,23	
полдник	Молоко сгущеное вареное	20	20	1,24	1,24	0,2	0,2	2,21	2,21	11,77	11,77
	Батон нарезной	30	30	2,25	2,25	0,87	0,87	15,4	15,5	78,6	78,6
	Напиток из шиповника	180	200	0,612	0,68	0	0	12,92	16,01	18,3	27
	Итого	230	250	4,102	4,17	1,07	1,07	30,53	33,72	108,67	117,37
ужин	Жаркое по домашнему	200	200	19,2	19,2	18,4	18,4	32,67	32,67	374,2	374,2
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,1	0,1	9,3	9,3	38	38
	Хлеб	35	35	2,38	2,38	0,455	0,455	13,9	13,9	69,3	69,3
	Итого	435	435	21,78	21,78	18,955	18,955	55,87	55,87	481,5	481,5
Общий итог		1491	1638	69,7671	77,0949	53,1246	61,0784	215,7809	246,7031	1594,45	1806,79

Меню 6 день

Приемы пищи	понедельник	вес блюда, норма		Пешевые вещества						энергетическая ценность	
				белки		жиры		углеводы			
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Каша ячневая молочная	150	200	3,46	4,44	3,85	5,1	16,36	20,76	113,6	146,4
	Какао с молоком	180	200	4,14	5,44	3,93	5,18	13,93	17,79	106,98	138,74
	Батон нарезной	30	30	2,25	2,25	0,87	0,87	15,4	15,5	78,6	78,6
	Сыр	4	6	0,928	1,39	1,18	1,77	0	0	14,4	21,6
	Итого	364	436	10,778	13,52	9,83	12,92	45,69	54,05	313,58	385,34
2 завтрак	Яблоко	95	100	0,38	0,4	0,38	0,4	9,31	9,8	44,7	47
обед	Суп лапша на курином бульоне	180	200	1,7	2,35	2,52	2,88	9,99	13,88	70,2	91,68
	Каша гречневая рассыпчатая	130	150	7,11	8,21	5,63	6,5	37,1	42,8	228	263
	Голень запеченная со сметаной	70	80	20,8	22,88	8,2	9,02	0,5	0,55	159	174,9
	Компот из сух/фр.	180	200	0,1971	0,2409	0,0396	0,0484	10,8229	14,1091	46,74	57,4
	Хлеб	30	35	2,04	2,38	0,39	0,455	11,9	13,9	59,4	67,3
	Итого	590	665	31,8471	36,0609	16,7796	18,9034	70,3129	84,6891	563,34	654,28
полдник	Булочка	70	80	6,72	7,68	1,54	1,76	39,3	45	199	227
	Молоко	200	200	6,08	6,08	5,42	5,42	10,1	10,1	113	113
	Итого	270	280	12,8	13,76	6,96	7,18	49,4	55,1	312	340
ужин	Омлет	200	200	17,2	17,2	26,2	26,2	4,3	4,3	320	320
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,1	0,1	9,3	9,3	38	38
	Хлеб	35	35	2,38	2,38	0,455	0,455	13,9	13,9	69,3	69,3
	Итого	435	435	19,78	19,78	26,755	26,755	27,5	27,5	427,3	427,3
Общий итог		1484	1636	75,5851	83,5209	60,7046	66,1584	202,2129	231,1391	1660,92	1853,92

Меню 7 день

Приемы пищи	вторник	вес блюда, норма		Пещевые вещества						энергетическая ценность	
				белки		жиры		углеводы			
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	4,5	6	4,62	6,16	16,95	22,56	127,32	169,76
	Кофейный напиток	180	200	3,96	5,26	3,8	5,05	14,32	18,18	106,61	138,37
	Батон нарезной	30	30	2,25	2,25	0,87	0,87	15,4	15,5	78,6	78,6
	Масло сливочное	6	8	0,048	0,064	4,35	5,8	0,078	0,104	39,7	52,9
	Итого	366	438	10,758	13,574	13,64	17,88	46,748	56,344	352,23	439,63
2 завтрак	Сок	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10,1	10,1	47	47
обед	Суп с мясными фрикадельками	180	200	4,77	5,3	3,73	4,14	11,12	12,36	97,2	108
	Плов из говядины	170	200	13,4	15,96	10,23	11,54	43,26	51,15	315,86	369,0
	Салат из горошек зеленый и соленый огурец	50	60	0,74	1,03	1,04	1,05	2,12	2,99	20,86	25,65
	Компот из сух/фр.	180	200	0,1971	0,2409	0,0396	0,0484	10,8229	14,1091	46,74	57,4
	Хлеб	30	35	2,04	2,38	0,39	0,455	11,9	13,9	59,4	67,3
Итого	610	695	21,1471	23,8809	15,4296	17,2334	79,2229	91,5191	540,06	627,31	
полдник	Яйцо отварное	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63
	Икра кабачковая	30	30	0,57	0,57	2,67	2,67	2,31	2,31	35,7	35,7
	Чай с лимоном	180	200	0,108	0,12	0,018	0,02	9,32	10,4	37,5	41,6
	Хлеб	30	35	2,04	2,38	0,39	0,455	11,9	13,9	59,4	67,3
	Итого	280	305	7,798	8,15	7,678	7,745	23,81	26,89	195,6	207,6
ужин	Голубцы ленивые	200	200	16,19	16,19	10,81	10,81	32,31	32,31	289,31	289,31
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,1	0,1	9,3	9,3	38	38
	Хлеб	35	35	2,38	2,38	0,455	0,455	13,9	13,9	69,3	69,3
	Итого	435	435	18,77	18,77	11,365	11,365	55,51	55,51	396,61	396,61
Общий итог		1511	1668	58,9731	64,8749	48,2126	54,3234	215,3909	240,3631	1531,5	1718,15

Меню 8 день

Приемы пищи	среда	вес блюда, норма		Пещевые вещества						энергетическая ценность	
				белки		жиры		углеводы			
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Каша пшеничная молочная	150	200	4,53	5,76	6,11	8,11	19,14	24,04	148,72	190,92
	Какао с молоком	180	200	4,14	5,44	3,93	5,18	13,93	17,79	106,98	138,74
	Батон нарезной	30	30	2,25	2,25	0,87	0,87	15,4	15,5	78,6	78,6
	Сыр	4	6	0,928	1,39	1,18	1,77	0	0	14,4	21,6
	Итого	364	436	11,848	14,84	12,09	15,93	48,47	57,33	348,7	429,86
2 завтрак	Яблоко	95	100	0,38	0,4	0,38	0,4	9,31	9,8	44,7	47
обед	Суп рыбный с перловой крупой	180	200	5,13	6,1	2,61	2,98	10,1	14,54	84,6	110,4
	Макароны отварные	130	150	4,81	5,55	4,29	4,95	25,6	29,6	160	185
	Котлета из говядины	60	70	10,6	12,3	7,38	8,61	9	10,5	146	170
	Салат со свеклы с чесноком	50	60	0,83	0,996	3,55	4,25	4,25	5,1	51,8	62,1
	Компот из сух/фр.	180	200	0,1971	0,2409	0,0396	0,0484	10,8229	14,1091	46,74	57,4
	Хлеб	30	35	2,04	2,38	0,39	0,455	11,9	13,9	59,4	67,3
	Итого	630	715	23,6071	27,5669	18,2596	21,2934	71,6729	87,7491	548,54	652,2
полдник	Пряники	35	50	2,63	3,75	3,43	4,9	26	37,2	145	208
	Кисель из концентрата	180	200	0	0	0	0	13,5	15	54	60
	Итого	215	250	2,63	3,75	3,43	4,9	39,5	52,2	199	268
ужин	Винегрет	200	200	2,7	2,7	12,3	12,3	15,4	15,4	183	183
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,1	0,1	9,3	9,3	38	38
	Хлеб	35	35	2,38	2,38	0,455	0,455	13,9	13,9	69,3	69,3
	Итого	435	435	5,28	5,28	12,855	12,855	38,6	38,6	290,3	290,3
Общий итог		1524	1686	43,7451	51,8369	47,0146	55,3784	207,5529	245,6791	1431,24	1687,36

Меню 9 день

Приемы пищи	вторник	вес блюда, норма		Пещевые вещества						энергетическая ценность	
				белки		жиры		углеводы			
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Каша Дружба	130	150	4,74	6,64	7,64	10,32	19,8	26,3	167	223
	Кофейный напиток	180	200	0,108	0,12	0,018	0,02	9,32	10,4	37,5	41,6
	Батон нарезной	30	30	2,25	2,25	0,87	0,87	15,4	15,5	78,6	78,6
	Масло сливочное	6	8	0,048	0,064	4,35	5,8	0,078	0,104	39,7	52,9
	Итого	346	388	7,146	9,074	12,878	17,01	44,598	52,304	322,8	396,1
2 завтрак	Сок	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10,1	10,1	47	47
обед	Суп с зеленым горошком и яйцом	180	200	6,34	8,8	4,12	6,85	17,51	22	118,87	180
	Капуста тушенная с мясом	170	200	13,38	16,45	10,07	12,37	11,48	14,3	189,96	233,86
	Компот из сух/фр.	180	200	0,1971	0,2409	0,0396	0,0484	10,8229	14,1091	46,74	57,4
	Хлеб	30	35	2,04	2,38	0,39	0,455	11,9	13,9	59,4	67,3
	Итого	560	635	21,9571	27,8709	14,6196	19,7234	51,7129	50,0091	414,97	538,56
полдник	Пирожок со сгущенкой	70	80	4,2	4,8	3,4	3,89	42,4	48,5	214	245
	Компот из кураги	180	200	0,52	0,62	0,03	0,04	11,08	13,1	45,38	53,6
	Итого	250	280	4,72	5,42	3,43	3,93	53,48	61,6	259,38	298,6
ужин	Макароны отварные с сыром	150	150	7,17	7,17	2,38	2,38	39,35	39,35	210,98	210,98
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,1	0,1	9,3	9,3	38	38
	Хлеб	35	35	2,38	2,38	0,455	0,455	13,9	13,9	69,3	69,3
	Итого	385	385	9,75	9,75	2,935	2,935	62,55	62,55	318,28	318,28
Общий итог		1391	1508	44,0731	52,6149	33,9626	43,6984	222,4409	236,5631	1362,43	1598,54

Меню 10 день

Приемы пищи	среда	вес блюда, норма		Пещевые вещества						энергетическая ценность	
				белки		жиры		углеводы			
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Каша манная молочная	150	200	4,25	5,53	5,98	7,26	18,65	24	145,44	189,88
	Какао с молоком	180	200	4,14	5,44	3,93	5,18	13,93	17,79	106,98	138,74
	Батон нарезной	30	30	2,25	2,25	0,87	0,87	15,4	15,5	78,6	78,6
	Сыр	4	6	0,928	1,39	1,18	1,77	0	0	14,4	21,6
	Итого	364	436	11,568	14,61	11,96	15,08	47,98	57,29	345,42	428,82
2 завтрак	Яблоко	95	100	0,38	0,4	0,38	0,4	9,31	9,8	44,7	47
обед	Борщ	180	200	2,58	3,22	3,68	4,15	15,93	20,31	108,3	133,24
	Каша перловая рассыпчатая	120	150	3,49	4,37	2,5	3,12	24,71	31,5	135,09	184,0
	Рыба тушеная с овощами	70	80	11,49	13,14	7,99	9,14	2,63	3	128,92	147,34
	Компот из сух/фр.	180	200	0,1971	0,2409	0,0396	0,0484	10,8229	14,1091	46,74	57,4
	Хлеб	30	35	2,04	2,38	0,39	0,455	11,9	13,9	59,4	67,3
	Итого	580	665	19,7971	23,3509	14,5996	16,9134	65,9929	82,8191	547,25	589,28
полдник	Печенье	35	50	2,63	3,75	3,43	4,9	26	37,2	145	208
	Напиток из шиповника	180	200	0,612	0,68	0	0	12,92	16,01	18,3	27
	Итого	215	250	3,242	4,43	3,43	4,9	38,92	53,21	163,3	235
ужин	Жаркое по домашнему	200	200	19,2	19,2	18,4	18,4	32,67	32,67	374,2	374,2
	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,1	0,1	9,3	9,3	38	38
	Хлеб	35	35	2,38	2,38	0,455	0,455	13,9	13,9	69,3	69,3
	Итого	435	435	21,78	21,78	18,955	18,955	55,87	55,87	481,5	481,5
Общий итог		1474	1636	56,7671	64,5709	49,3246	56,2484	218,0729	258,9891	1582,17	1781,6

Утверждаю:

И.О. заведующего _____ Кувалдина С.В.

Приказ от 03.11.2023г №76-а

**Примерное
10-дневное меню МБ ДОУ ЦРР ДС №33 п. Новый**

	1 понедельник	2 вторник	3 среда	4 четверг	5 пятница	6 понедельник	7 вторник	8 среда	9 четверг	10 пятница
завтрак	Каша пшеничная молочная	Каша кукурузная молочная	Каша Геркулес жидкая молочная	Запеканка творожная, соус сметанный	Каша рисовая молочная	Каша ячневая молочная	Суп молочный с макаронными изделиями	Каша пшеничная молочная	Каша Дружба (рис пшено гречка)	Каша манная молочная
	Какао с молоком	Кофейный напиток	Какао с молоком	Чай с лимоном	Кофейный напиток	Какао с молоком	Кофейный напиток	Какао с молоком	Кофейный напиток	Какао с молоком
	Масло сливочное	Сыр	Масло сливочное	Сыр	Масло сливочное	Сыр	Масло сливочное	Сыр	Масло сливочное	Сыр
2 завтрак	Сок	Яблоко	Сок	Яблоко	Сок	Яблоко	Сок	Яблоко	Сок	Яблоко
обед	Суп картофельный с гречневой крупой	Рассольник	Суп гороховый	Свекольник	Суп картофельный с клецками	Суп лапша	Суп с мясными фрикадельками	Суп рыбный	Суп Пушок	Борщ
	Макароны отварные		Рис отварной (соус томатный)	Каша рассыпчатая гречневая	Гороховое пюре	Каша рассыпчатая гречневая	Плов из говядины	Макароны отварные	Капуста тушеная с мясом	Каша перловая рассыпчатая
	Гуляш из говядины	Жаркое по домашнему	Котлеты рыбные	Оладьи из печени по кузнецовски	Биточки из говядины	Голень запеченная со сметаной		Котлета из говядины		Рыба тушеная с овощами
			Огурец соленный с горошком	Салат с морской капустой			Соленые огурцы с горошком	Салат со свеклой и чесноком		
полдник	Булочка	Пряники	Пирожок с джемом	Печенье	Батон с вареной сгущенкой	Булочка	Яйцо отварное, икра кабачковая	Пряники	Пирожок со сгущенкой вареной	Печенье
	Молоко кипяченое	Чай с молоком	Кисель из концентрата	Компот из кураги	Напиток из шиповника	Молоко кипяченое	Чай с лимоном	Кисель из концентрата	Компот из кураги	Напиток из шиповника
ужин	Омлет натуральный	Каша гречневая с консервами Говядина тушеная	Салат Степной	Макароны отварные с сыром	Жаркое по домашнему	Омлет натуральный	Голубцы ленивые с консервами Говядина тушеная	Винегрет	Макароны отварные с сыром	Жаркое по домашнему