

Меню Зимне-весенний период (2 неделя) Сад

При подготовке этого материала был использован Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях /
Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы (реферативно)

	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
8:30 Завтрак	Запеканка из смеси круп с тыквой	200	Суп молочный геркулесовый	200	Сельдь солёная	60	Суп молочный манный	200	Запеканка овощная	200
					Картофель отварной	150	Яйцо варёное	20		
	Салат морковный с яблоком	50			Свёкла отварная	50			Икра кабачковая с т/о	50
	Чай с сахаром	180	Какао с молоком	180	Чай с лимоном	180	Какао с молоком	180	Чай с сахаром	180
	Хлеб пшеничный /масло	40 /10	Хлеб пшеничный /масло	40 /10	Хлеб пшеничный /масло /сыр	40 /5 /15	Хлеб пшеничный /масло	40 /10	Рожок /масло /сыр	40 /5 /15
10:00 Второй завтрак	Напиток витаминизированный	125	Сок фруктовый	165	Сок фруктовый	165	Сок фруктовый	165	Напиток витаминизированный	125
	Фрукты	50	Фрукты	50	Фрукты	100	Фрукты	50	Фрукты	50
	Кондитерские изделия	20	Кондитерские изделия	20	Кондитерские изделия	20	Кондитерские изделия	20	Кондитерские изделия	20
12:00 Обед	Суп-крем из разных овощей	250	Суп с крупой /яйцом /сметаной	250 /20 /8	Суп фасолевый	250	Борщ	250	Суп с клёцками	250

	Рыба, тушеная в томате с овощами	70	Зразы рыбные	70	Голубцы ленивые	210	Бефстроганов	70	Птица отварная	70
			Соус томатный	50						
	Каша гречневая	100	Макароны отварные	100			Картофельное пюре	150	Каша ячневая	100
	Зелёный горошек с т/о	50	Салат из свеклы с чесноком	50	Винегрет	50	Салат из свежей капусты с яблоком	50	Салат из свёклы с солёным огурцом	50
	Компот из сухофруктов	180	Компот из свежих фруктов	180	Компот из сухофруктов	180	Компот из свежих фруктов	180	Компот из сухофруктов	180
	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50
15:30 Полдник	Кефир	150	Ряженка	150	Ряженка	150	Ряженка	150	Кефир	150
	Булочка "Ванильная"	60	Пудинг манный с творогом	150	Кольцо с изюмом	60	Булочка "Домашняя"	60	Вареники ленивые	100
									Соус молочный	50
17:30 Ужин	Суп молочный пшеничный	200	Котлета капустная	200	Суп молочный рисовый	200	Макароны, запечённые с сыром	200	Суп молочный гречневый	200
	Яйцо варёное	20	Помидор солёный	50	Морковное пюре с молоком	50	Салат из свёклы	50		
	Кофейный напиток с молоком	180	Кисель из сухофруктов	180	Кофейный напиток с молоком	180	Чай с сахаром	180	Кисель молочный	180
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40