

Примерное десятидневное меню для категории: Д/с 12,0ч.

МКДОУ № 33

1 неделя

Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница		
Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена	
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша пшеничная молочная жидкая*	200	8.83	Рыба, запеченная в омлете*	105	27.71	Запеканка из творога с рисом*	140	28.68	Котлета рыбная любительская*	80	27.62	Каша молочная пшеничная (кукур	200	5.94
Кофейный напиток на сгущенном	200	3.77	Кукуруза сладкая для подгарнир	30	4.98	Соус из ягод*	40	1.58	Картофель отварной в молоке*	120	6.63	Кофейный напиток с молоком* (1	200	3.24
Хлеб ржаной с маслом*	30/5	1.63	Какао с молоком* (1-вт.)	200	5.6	Какао с молоком* (1-ср.чт.)	200	5.6	Чай с лимоном* (завтрак)	200	1.63	Хлеб с маслом и сыром* (1, 2-п	30/5/1	5.78
			Хлеб с маслом*	30/5	2.76				Хлеб с маслом*	30/5	2.76			
<b>2-ЙЗАВТРАК</b>			<b>2-ЙЗАВТРАК</b>			<b>2-ЙЗАВТРАК</b>			<b>2-ЙЗАВТРАК</b>			<b>2-ЙЗАВТРАК</b>		
Сок	150	5.25	Сок	150	5.25	Сок	150	5.25	Сок	150	5.25	Сок	150	5.25
<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>		
Салат из бел. капусты с лимоно	60	5.35	Салат из свежих огурцов с раст	60	6.84	Салат из свежих помидор с раст	60	8.24	Салат из свежих огурцов с раст	60	6.84	Салат из бел. капусты с яблока	60	4.54
Свекольник*	200	5.79	Щи из свежей капусты с картофе	200	6.75	Борщ с капустой и картофелем*	200	4.78	Суп из овощей*	200	5.16	Рассольник ленинградский*	200	5.28
Шницель из говядины*	80	29.03	Кнели из говядины*	80	30.4	Шницель, припущенный из птицы*	80	13.48	Биточки из говядины*	80	28.9	Рулет из говядины с яйцом* (+ф	80	28.73
Картофельное пюре*	130	7.1	Пюре из гороха с маслом*	120	3.29	Картофель жареный из отварного	120	5.49	Каша гречневая рассыпчатая*	110	3.75	Картофельное пюре*	130	7.1
Соус томатный* (1-пн., 1-чт., 1	30	0.96	Соус молочный* (1-вт., 1-чт.)	30	2.07	Компот из сухофруктов* (1-ср.)	200	1.5	Соус молочный* (1-вт., 1-чт.)	30	2.07	Соус томатный* (1-пн., 1-чт., 1	30	0.96
Компот из яблок с лимоном*	200	4.72	Кисель из ягод*	200	5.94	Хлеб ржаной (55 гр.) д/сад	55	0	Компот из кураги*	200	2.56	Напиток из апельсинов с яблока	200	4.06
Хлеб пшеничный (55 гр.) д/сад	55	2.08	Хлеб пшеничный (55 гр.) д/сад	55	2.08			Хлеб пшеничный (55 гр.) д/сад	55	2.08	Хлеб пшеничный (55 гр.) д/сад	55	2.08	
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>		
Шанежка нал. с яйцом*	60	3.58	Сырники с морковью*	100	18.6	Пирожок печеный из сдоб. теста	70	2.25	Гренки с сыром*	55	9.85	Ватрушка с повидлом*	60	1.66
Чай полусладкий с молоком (вар	200	2.72	Соус фруктовый из кураги*	40	2.06	Фарш яблочный*	35	3.29	Молоко заварное*	180	7.87	Фарш сладкий (повидло)	20	4.85
Яблоко (100 гр.) д/сад	100	7.14	Молоко 2,5% (2-пн., 1-вт., 1-чт.	180	7.67	Чай полусладкий с молоком (вар	200	2.72			Чай с сахаром*	180	0.67	
						Банан - полдник	50	4.25			Банан	100	8.5	
<b>УСИЛ. ПОЛДНИК</b>			<b>УСИЛ. ПОЛДНИК</b>			<b>УСИЛ. ПОЛДНИК</b>			<b>УСИЛ. ПОЛДНИК</b>			<b>УСИЛ. ПОЛДНИК</b>		
Пудинг овощной*	150	12.72	Запеканка капустная*	160	11.25	Суп молочный с крупой*	200	8.53	Макаронник (макаронная запекан	145	6.24	Овощи в молочном соусе*	140	10.63
Соус сметанный*	30	1.33	Соус сметанный*	30	1.33	Хлеб пшеничный (на ужин)	30	1.13	Хлеб пшеничный (на ужин)	30	1.13	Соус молочный для запекания*	60	3.83
Хлеб пшеничный (на ужин)	30	1.13	Хлеб пшеничный (на ужин)	30	1.13	Банан	46	3.91			Хлеб пшеничный (на ужин)	30	1.13	
Банан (40 гр.) д/сад	40	3.4	Груша (60 гр.) д/сад	60	6.6									
Примерная стоимость дня		106.53	Примерная стоимость дня		152.31	Примерная стоимость дня		100.68	Примерная стоимость дня		120.34	Примерная стоимость дня		104.23

Заведующий МКДОУ № 33



Селиванова Е.В.



Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница		
Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена	Вых.	Цена	Вых.	Цена
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша "Дружба"	170	9.19	Омлет с сыром*	95	14.74	Зразы творожные с изюмом*	150	29.69	Биточки рыбные*	75	26.74	Каша манная молочная жидкая*	200	6.45
Кофейный напиток на сгущенном	200	3.77	Горошек консерв. для подгарнир	30	4.38	Соус яблочный*	40	1.43	Рис отварной*	80	3.4	Кофейный напиток с молоком* (1-п.)	200	3.24
Хлеб с маслом и сыром* (1-п.)	30/5/1	5.78	Чай с лимоном* (завтрак)	200	1.63	Кофейный напиток с молоком* (2-п.)	200	3.24	Соус белый на рыбном бульоне*	30	0.75	Хлеб с маслом и сыром* (1, 2-п.)	30/5/1	5.78
			Хлеб с маслом*	30/5	2.76				Чай с лимоном* (полдник)	200	1.63			
									Хлеб ржаной с маслом*	30/5	1.63			
<b>2-ЙЗАВТРАК</b>			<b>2-ЙЗАВТРАК</b>			<b>2-ЙЗАВТРАК</b>			<b>2-ЙЗАВТРАК</b>			<b>2-ЙЗАВТРАК</b>		
Сок	150	5.25	Сок	150	5.25	Сок	150	5.25	Сок	150	5.25	Сок	150	5.25
<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>		
Салат из свежих помидор с раст	60	8.24	Салат из свежих огурцов с раст	60	6.84	Салат из свежих помидор с раст	60	8.24	Салат из бел. капусты с яблока	60	4.54	Салат из свежих помидор с раст	60	8.24
Суп картоф. с клецками*	200	4.17	Суп крестьянский с крупой*	200	4.55	Суп с домашней лапшой*	200	3.54	Суп картофельный с бобовыми*	200	3.27	Суп картофельный с рыбой*	200	50.15
Суфле из отварной говядины (*	80	37.93	Котлета из говядины*	80	28.83	Плов из отварной курицы*	200	29.17	Картофельная запеканка с мясом	180	49.34	Фрикадельки из говядины паровы	80	33.55
Капуста тушеная*	160	12.12	Сложный гарнир (карт. пюре, пю	90/60	7.2	Компот из кураги*	200	2.56	Соус молочный с морковью*	30	1.47	Макаронные изделия отварные* (1-п.)	125	2.84
Напиток из апельсинов с яблока	200	4.06	Компот из сухофруктов* (1-ср.)	200	1.5	Хлеб ржаной (55 гр.) д/сад	55	0	Кисель из ягод*	200	5.94	Соус томатный* (2-пт.)	30	0.96
Хлеб пшеничный (55 гр.) д/сад	55	2.08	Хлеб пшеничный (55 гр.) д/сад	55	2.08				Хлеб пшеничный (55 гр.) д/сад	55	2.08	Компот из свежих плодов*	200	7.21
												Хлеб пшеничный (55 гр.) д/сад	55	2.08
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>		
Сдоба обыкновенная*	60	2.6	Запеканка пшеничная с творогом*	110	11.06	Пирожок печеный из сдоб. теста	70	2.25	Пудинг творожный запеченный*	110	20.62	Булочка "Домашняя"	60	2.6
Молоко 2,5% (2-пн., 1-вт., 1-чт.)	180	7.67	Соус клюквенный*	40	2.21	Фарш из свежей капусты*	35	4.29	Фарш сладкий (повидло)	20	4.85	Молоко 2,5% (2-пн., 1-вт., 1-чт.)	180	7.67
Банан (40 гр.) д/сад	40	3.4	Чай полусладкий с молоком (вар	200	2.72	Чай с лимоном* (завтрак)	200	1.63	Чай полусладкий с молоком (вар	200	2.72			
			Груша (35 гр.)	35	3.85									
<b>УСИЛ. ПОЛДНИК</b>			<b>УСИЛ. ПОЛДНИК</b>			<b>УСИЛ. ПОЛДНИК</b>			<b>УСИЛ. ПОЛДНИК</b>			<b>УСИЛ. ПОЛДНИК</b>		
Картофельная котлета*	180	8.58	Макароны отварные с овощами*	160	6.3	Морковная запеканка*	165	10.09	Свекла тушеная с яблоками*	120	8.59	Запеканка картофельная с овоща	160	8.14
Соус томатно-сметанный*	30	0.84	Хлеб пшеничный (на ужин)	30	1.13	Молоко сгущ. 8,5% (на ужин)	25	2.77	Соус сметанный*	30	1.33	Соус сметанный*	30	1.33
Хлеб пшеничный (на ужин)	30	1.13				Хлеб пшеничный на ужин	30	1.13	Хлеб пшеничный (на ужин)	30	1.13	Хлеб пшеничный (на ужин)	30	1.13
Груша (50 гр.) д/сад	50	5.5				Банан (70 гр.) д/сад	70	5.95	Банан на ужин д/саду (90 гр.)	90	7.65			
Примерная стоимость дня		122.31	Примерная стоимость дня		107.03	Примерная стоимость дня		111.23	Примерная стоимость дня		152.93	Примерная стоимость дня		146.62

Заведующий МКДОУ № 33



Селиванова Е.В.