

Перспективное меню на осенне-зимний период МКДОУ «Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением физического развития «Незабудка»
3 недели

Приём пищи	Понедельник 1 день	Выход порций	Вторник 2 день	Выход порций	Среда 3 день	Выход порций	Четверг 4 день	Выход порций	Пятница 5 день	Выход порций
завтрак	Каша гречневая молочная № 01 Какао со сгущенным молоком № 694 Хлеб пшеничный с маслом № 1,6	150/200 150/180 25/4 30/5	Каша манная молочная № 90 Кофейный напиток со сгущенным молоком № 694 Хлеб пшеничный с маслом ,сыром № 3,7	150/200 150/180 25/4 30/5/10	Суп молочный с макарон. издел. №41 Чай с лимоном№393 Хлеб пшеничный с маслом № 1,6	150/200 150/180 25/4 30/5	Каша молочная пшеничная№311 Кофейный напиток со сгущ.молоч. №694 Хлеб пшеничный с маслом ,сыром № 3,7	150/200 150/180 25/4/6 30/5/10	Каша рисовая молочная № 311 Какао со сгущенным молоком № 694 Хлеб пшеничный с маслом ,сыром № 3,7	150/200 150/180 25/4/6 30/5/10
2-й завтрак	Сок фруктовый или ягодный	100	Сок фруктовый или ягодный	100	Сок фруктовый или ягодный	100	Сок фруктовый или ягодный	100	Сок фруктовый или ягодный	100
обед	Щи на мясном бульоне со сметан № 124,106 Печенью-строгановский№162,431 Макароны с маслом №204 Компот из сухофруктов № 639 Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	200/250 56/15 65/20 100/120 150/180 40/50 25/30	Рассольник домашний на курином бульоне со сметаной № 132,28 Котлета из птицы №460,499 Гороховое пюре№108 Компот из сухофруктов№639 Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	200/250 60/70 110/130 150/180 40/50 25/30	Салат из св.ов.№ 2 Щи по-уральски на мясном бульоне со сметаной № 128,106 Жаркое по-домашнему с птицей № 436,489 Компот из сухофруктов № 639 Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	30/50 200/250 60/70 150/200 150/180 40/50 25/30	Салат из св. овощей№20 Борщ со сметан. на мясном бульоне №110,106 Плов из птицы№492,449 Компот из свежих фруктов № 237, 646 Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	30/50 200/250 150/200 150/180 40/50 25/30	Уха с крупной № 181 Котлета из говядины№450,461 Картофельное пюре№472 Компот из сухофруктов № 639 Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	200/250 60/70 110/130 150/180 40/50 25/30
полдник	Ряженка№401	150/180	Молоко кипяченое №400	150/180	Кефир № 401	150/180	Молоко кипяченое № 400	150/180	Снежок№401	150/180
ужин	Сырники из творога№294 Соус из сгущ.молока№351 Чай с молоч.№394 Кондитерское изделие	100/120 25/30 150/180 20/40	Салат из св. овощей№20 Рулет из рыбы пикша с яйцом и луком№395 Хлеб пшеничный Чай с сахаром№392 фрукты	30//50 100/120 20/20 150/180 200/200	Каша с изюмом и яблоком№179 Пирожок с фаршем из № 271,272,273,274, 738 Кисель(Напиток) из ягод и плодов№ 378,379,380	150/200 60//70 150/180	Салат из горошка конс.(кукуруза конс) №10 Яйцо вареное№213 Биточки рыбные№248,250 Под соусом№350, 354 Чай с сахаром№392 Хлеб пшеничный	30/50 25/25 60/70 20/30 150/180 20/20	Творожный пудинг №235 с повидлом Чай с молоком№394 Кондитерское изделие	100/120 20/30 150/180 20/40
Итого кал	Если	1499		1460		1443		1460		1425
	Сад	1873		1855		1891		1855		1857