

Циклическое меню

**БДОУ " Центр развития ребенка- детский сад № 23",
3-7 лет, 2 недели 5 дней (10 дней),!**



Заведующий БДОУ " Центр развития ребенка- детский сад № 23" *Т.Г. Прокопьева*
01.02.2023

Прием пищи	День 1 (Понедельник) из 10		День 2 (Вторник) из 10		День 3 (Среда) из 10	
	Блюдо	Выход	Блюдо	Выход	Блюдо	Выход
ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные с маслом	155	Каша пшеничная жидкая молочная с маслом	200	Омлет натуральный	140
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Горошек зеленый консервированный	40
	Масло сливочное	5	Сыр голландский (порциями)	10	Хлеб пшеничный	40
	Кофейный напиток с молоком	200	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5
ЗАВТРАК 2	Сок яблочный	200	Чай с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200
	Свекольник со сметаной (на воде)	180	Сок яблочный	200	Яблоки (свежие)	100
	Салат из картофеля с солеными огурцами	50	Икра кабачковая. Консервы	50	Салат из свеклы отварной	50
	Тефтели из говядины с рисом "ёжики"	80	Борщ с св.капустой и картофелем(на мясном б-не)	180	Суп овощной со сметаной (на мясном б-не)	180
ТОЛДНИК	Капуста тушеная	130	Сметана 15,0% жирности	9	Плов из курицы	200
	Компот из сухофруктов	180	Гуляш из отварного мяса	80	Хлеб ржаной	50
	Хлеб ржаной	50	Каша перловая рассыпчатая	130	Компот из сухофруктов	180
	Молоко пастеризованное 2,5% жирности	200	Хлеб ржаной	50		
'ЖИИ	Гренки (сухарики)	50	Компот из сухофруктов	180	Вафли	50
	Сырники из творога	160	Кефир (йогурт)	200	Чай с молоком	200
	Джем из абрикосов	40	Плюшка новомосковская	80		
	Хлеб пшеничный	40	Картофельное пюре	140	Рагу из овощей	215
День 4 (Четверг) из 10	Чай с молоком	210	Фрикадельки рыбные (горбуша)	80	Чай	200
			Чай с лимоном	200	Хлеб пшеничный	35
			Хлеб пшеничный	35		
День 5 (Пятница) из 10	Блюдо	Выход	Блюдо	Выход	Блюдо	Выход
	Каша ячневая жидкая молочная с маслом	200	Каша пшеничная молочная с маслом	200		
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40		
	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5		
ЗАВТРАК	Сыр голландский (порциями)	10	Кофейный напиток с молоком	200		
	Чай с молоком	200				
	Бананы (свежие)	100	Сок яблочный	200		
	Салат из кукурузы (консервированной)	50	Салат "Домашний"	50		
ТОЛДНИК	Рассольник ленинградский (перловка, на воде)	180	Суп картофельный с крупной рисовой (на воде)	180		
	Сметана 15,0% жирности	9	Котлеты из мяса говядины	80		
	Запеканка из пшена говяжьей	80	Свекла тушеная	140		
	Макаронные изделия отварные с маслом	140	Хлеб ржаной	50		
'ЖИИ	Хлеб ржаной	50	Компот из сухофруктов	180		
	Компот из сухофруктов	180				
	Молоко пастеризованное 2,5% жирности	200	Чай с молоком	200		
	Булочка российская	80	Печенье сахарное	50		
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с яблоками	160	Картофельное пюре	140		
	Соус молочный (сладкий)	40	Рыба запеченная под овощным маринадом	80		
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	35		

Прием пищи	День 6 (Понедельник) из 10		День 7 (Вторник) из 10		День 8 (Среда) из 10	
	Блюдо	Выход	Блюдо	Выход	Блюдо	Выход
АВТРАК	Каша манная молочная с маслом	200	Каша овсяная из «Геркулеса» молочная с маслом	200	Омлет натуральный	160
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40
	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Горошек зеленый консервированный	40
	Сыр голландский (порциями)	10	Кофейный напиток с молоком	200	Масло сливочное	5
	Кофейный напиток с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200
АВТРАК 2	Сок яблочный	200	Сок яблочный	200	Бананы (свежие)	100
БЕД	Овощи натуральные соленые (огурцы)	50	Салат луковый	50	Салат "Пёстрый"	50
	Суп гороховый с картофелем (на мясном б-не)	180	Суп картофельный с клецками (на воде)	180	Сметана 15,0% жирности	9
	Жаркое по-домашнему из говядины,	200	Капуста тушеная с мясом и рисом	200	Щи из квашеной капусты с картофелем (на мясном б-не)	180
	Хлеб ржаной	50	Компот из сухофруктов	180	Бройлеры, тушеные с картофелем	200
	Компот из сухофруктов	180	Хлеб ржаной	50	Компот из сухофруктов	180
ОЛДНИК	Чай с молоком	200	Булочка сдобная	80	Чай с молоком	200
	Гренки хрустящие (сладкие)	60	Бифидок 2,5% жирности	200	Пряники	50
ЖИН	Рыба под омлетом (горбуша)	160	Икра кабачковая. Консервы	50	Каша рисовая молочная с маслом	215
	Соус томатный с овощами	40	Картофельное пюре	160	Хлеб пшеничный	35
	Хлеб пшеничный	40	Чай с молоком	200	Чай с лимоном	200
	Чай с лимоном	210	Хлеб пшеничный	40		

Прием пищи	День 9 (Четверг) из 10		День 10 (Пятница) из 10	
	Блюдо	Выход	Блюдо	Выход
АВТРАК	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом	200	Каша гречневая молочная с маслом	200
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40
	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5
	Чай с молоком	200	Сыр голландский (порциями)	10
	Яблоки (свежие)	100	Кофейный напиток с молоком	200
БЕД	Салат из кукурузы (консервированной)	50	Яблоки (свежие)	100
	Суп с рыбными консервами (на воде)	180	Суп картофельный с мясными фрикадельками (на мясном б-не)	180
	Печень по-строгановски говяжья с соусом сметанным	80	Винегрет овощной	50
	Макаронные изделия отварные	130	Капуста тушеная с курицей	200
	Компот из сухофруктов	180	Компот из сухофруктов	180
ОЛДНИК	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50
ЖИН	Молоко пастеризованное 2,5% жирности	200	Чай с молоком	200
	Сдоба обыкновенная	80	Печенье сахарное	50
АВТРАК	Запеканка из творога	160	Биточки рыбные (горбуша)	80
	Повидло яблочное	40	Картофельное пюре	140
	Хлеб пшеничный	40	Чай с лимоном	200
	Кисель из ягод	210	Хлеб пшеничный	35