*МДОУ ""*

**Утверждаю**

_____

# МЕНЮ

## Сад 12 часов на холодный период безлактозники 2024 - 2025 г.

| 1 день | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день | 6 день | 7 день | 8 день | 9 день | 10 день |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак** | | | | | | | | | |
| МАКАРОННЫ ОТВАРНЫЕ 130 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ 150 | СУП И С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 130 | КАША ПШЕНИЧНАЯ 150 | КАША ДРУЖБА 150 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ 150 | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ 150 | КАША НЕЖНОСТЬ 150 | КАША ОВСЯННАЯ МОЛОЧНАЯ 150 | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ 150 |
| ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ 50 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ 50 | КАКАО 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ 50 | КАКАО 200 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200 | КАКАО 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | КАКАО 200 | КАКАО 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 |
| ЯЙЦО 20 | | ЯЙЦО 20 | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100 | ЯБЛОКО 100 | СОК 100 | ЯБЛОКО 100 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100 | ЯБЛОКО 100 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100 | ЯБЛОКО 100 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100 |
| **Обед** | | | | | | | | | |
| ИКРА КАБОЧКОВАЯ 50 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ 50 | САЛАТ БУРЯЧОК 50 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 50 | САЛАТ СТЕПНОЙ 50 | САЛАТ СВЕТОФОР 50 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 50 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 50 | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 50 | ИКРА ОВОЩНАЯ 50 |
| БОРЩ НА К/Б 180 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б 180 | РАССОЛЬНИК ДОМАШИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ 180 | СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ И ГРЕНКАМИ 180 | СВЕКОЛЬНИК НА К/Б 180 | СУП С ФАСОЛЬЮ НА К/Б 180 | УХА 180 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ 180 | ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ НА К/Б 180 | СУП ЛАПША НА К/Б 180 |
| ПЛОВ С КУРИЦЕЙ 200 | ТУШЕНАЯ КАПУСТА 130 | РАГУ ОВОЩНОЕ 130 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРИЦЕЙ 200 | ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ ПОРЦИОННЫЕ 200 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ 130 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130 | РИС ОТВАРНОЙ 130 | ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ 200 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180 | ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ 70 | ТЕФТЕЛИ КУРИНО-ГОВЯЖЬИ 70 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180 | КУРИЦА ОТВАРНАЯ ПОРЦИОННАЯ С ОВОЩАМИ 70 | ШНИЦЕЛЬ КУРИНО-ГОВЯЖИЙ 70 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ 70 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50 |
| | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50 | | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50 | |
| **Полдник** | | | | | | | | | |
| ГРЕНКА 50 | ПИРОЖОК С СЮРПРИЗОМ 50 | ПЕЧЕНЬЕ 50 | ПАНЖАКАЙ 50 | ВАФЛИ 50 | ШТОЛЛИ 50 | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ 70 | ПЕЧЕНЬЕ 50 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50 | ВАФЛИ 50 |
| ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 |
| **Ужин** | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ 50 | ПУДИНГ МАННЫЙ 170 | САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК С ЛУКОМ 50 | ЗАПЕКАНКА ИЗ СМЕСИ КРУП 170 | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ 150 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 150 | ПОДЛИВА ЯГОДНАЯ 50 | СОУС ТОМАТНЫЙ 50 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ 50 | РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ С ОВОЩАМИ 70 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180 | ЯБЛОЧНОЕ ПЮРЕ 50 | РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ 170 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ 70 | БИТОЧКИ КУРИНО - ГОВЯЖЬИ 70 | БИТОЧКИ ПШЕННЫЕ 170 | СУФЛЕ РЫБНОЕ 170 | ЗАПЕКАНКА МАННАЯ 170 | ОМЛЕТ 150 |
| ОЛАДЬИ 170 | ЧАЙ С САХАРОМ 180 | ЧАЙ С САХАРОМ 180 | ЧАЙ С САХАРОМ 180 | ЧАЙ С САХАРОМ 180 | ЧАЙ С САХАРОМ 180 | ЧАЙ С САХАРОМ 180 | ЧАЙ С САХАРОМ 180 | ЧАЙ С САХАРОМ 180 | ЧАЙ С САХАРОМ 180 |
| ПОДЛИВА ЯГОДНАЯ 50 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | ПОДЛИВА ЯГОДНАЯ 50 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 |