



*Примерное 10-ти  
дневное меню  
МБДОУ «Детский сад  
«Берёзка»  
с. Урожайное»  
с 10,5 часовым  
режимом пребывания  
детей*

# МЕНЮ

САД (10,5 часов)



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ «Детский сад «Берёзка» с. Урожайное»  
Якубова Лилия Пулатовна

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>ЗАВТРАК</b>									
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ ОВСЯНОЙ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ 200	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/6/7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ РИСОВОЙ 200	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ МАННОЙ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/6/7	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ МАННОЙ 200	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/6/7	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ РИСОВОЙ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/6/7	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/6/7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/6/7	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНОЙ ПРОТЕРТЫЙ 200	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 5	ЧАЙ СЛАДКИЙ 180/6	ЧАЙ С САХАРОМ 180/6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5
			МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5				СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ 200		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180
<b>II ЗАВТРАК</b>									
ПЕЧЕНЬЕ 16	БАНАНЫ 100	ПЕЧЕНЬЕ 30	ПЕЧЕНЬЕ 16	ЯБЛОКИ 70	ПЕЧЕНЬЕ 16	ВАФЛИ 20	БАНАНЫ 100	ПЕЧЕНЬЕ 16	ВАФЛИ 20
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150		БАНАНЫ 50	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150	ПЕЧЕНЬЕ 16	ЯБЛОКО 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150		БАНАНЫ 50	СОК 150
<b>ОБЕД</b>									
САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ" 60	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 200	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 60	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200	КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ 70	ХЛЕБ РЖАНОЙ 38	ХЛЕБ РЖАНОЙ 38	МЯСО ТУШЕНОЕ 50/50
ХЛЕБ ПШЕНИЧН ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТА 30	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 38	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 18	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 170	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 38
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ 90	БЕФСТРОГАНОВ 65	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ 100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ ГРЕЧНЕВОЙ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ 60	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) 60
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧН 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 38	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 38	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 150	БОРШ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНЫ 200	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ 155
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 155	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ 170	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) 60	САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ" 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 38	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 60	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛАПШОЙ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 38	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 60	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ 165	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 80	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 38	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 60	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 200			ХЛЕБ РЖАНОЙ 38	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 60		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ 80	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180
<b>ПОЛДНИК</b>									
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/6/7	ПИЦЦА ДЕТСКАЯ 50	БУЛОЧКА С ПОСЫПКОЙ 60	КАКАО 180	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	РЯЖЕНКА 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 70/15	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ 50
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 100/13	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 180	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 70/14	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 120/19	КЕКС ТВОРОЖНЫЙ 100	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ 50	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180