

1,6 - 3 лет неделя первая



| 1 день. Понедельник             | Выход       | 2 день. Вторник                      | Выход       | 3 день. Среда                  | Выход       | 4 день. Четверг              | Выход       | 5 день. Пятница                          | Выход       |
|---------------------------------|-------------|--------------------------------------|-------------|--------------------------------|-------------|------------------------------|-------------|--|-------------|
| <b>Завтрак</b>                  |             | <b>Завтрак</b>                       |             | <b>Завтрак</b>                 |             | <b>Завтрак</b>               |             | <b>Завтрак</b>                           |             |
| Каша манная молочная жидкая     | 154         | Каша гречневая вязкая на молоке      | 200         | Каша молочная пшеничная жидкая | 154         | Каша рисовая молочная жидкая | 154         | Омлет натуральный                        | 65          |
| Батон с маслом                  | 24          | Батон с маслом, сыром                | 24/9        | Батон с маслом, сыром          | 24/9        | Батон с маслом, сыром        | 24/9        | Батон с маслом, сыром                    | 24/9        |
| Кофейный напиток с молоком      | 150         | Чай с молоком                        | 150         | Какао с молоком                | 150         | Кофейный напиток с молоком   | 150         | Какао с молоком                          | 150         |
|                                 | <b>328</b>  |                                      | <b>383</b>  |                                | <b>337</b>  |                              | <b>337</b>  |  | <b>248</b>  |
| <b>Второй завтрак</b>           |             | <b>Второй завтрак</b>                |             | <b>Второй завтрак</b>          |             | <b>Второй завтрак</b>        |             | <b>Второй завтрак</b>                    |             |
| Сок фруктовый                   | 125         | Фрукты и ягоды свежие                | 100         | Сок фруктовый                  | 125         | Напиток из шиповника         | 150         | Фрукты и ягоды свежие                    | 100         |
| <b>Обед</b>                     |             | <b>Обед</b>                          |             | <b>Обед</b>                    |             | <b>Обед</b>                  |             | <b>Обед</b>                              |             |
| Суп картофельный с бобовыми     | 150         | Яйцо отварное                        | 40          | Огурцы свежие                  | 35          | Помидоры свежие              | 50          | Салат из свеклы с соевым соусом          | 40          |
| Запеканка капустная с говядиной | 155         | Суп из овощей                        | 150         | Борщ из свежей капусты         | 150         | Суп крестьянский с крупой    | 150         | Суп картофельный с макаронными изделиями | 150         |
| Соус томатный                   | 50          | Тефтели из говядины с рисом          | 60          | Биточки рубленые из птицы      | 60          | Жаркое по-домашнему          | 190         | Суфле из мяса птицы                      | 65          |
| Кисель из кураги                | 150         | Картофельное пюре                    | 120         | Соус томатный                  | 50          | Кисель из яблок сушеных      | 200         | Каша перловая рассыпчатая                | 120         |
| Хлеб пшеничный                  | 30          | Соус сметанный                       | 50          | Каша гречневая рассыпчатая     | 120         | Хлеб пшеничный               | 30          | Компот из свежих фруктов или ягод        | 150         |
| Хлеб ржаной                     | 40          | Компот из свежих фруктов или ягод    | 150         | Компот из сушеных яблок        | 150         | Хлеб ржаной                  | 40          | Хлеб пшеничный                           | 30          |
|                                 |             | Хлеб пшеничный                       | 30          | Хлеб пшеничный                 | 30          |                              |             | Хлеб ржаной                              | 40          |
|                                 |             | Хлеб ржаной                          | 40          | Хлеб ржаной                    | 40          |                              |             |  |             |
|                                 |             |                                      |             | Снежок                         | 150         |                              |             |  |             |
| <b>15:00</b>                    |             |                                      |             |                                | <b>150</b>  |                              |             |  |             |
|                                 | <b>575</b>  |                                      | <b>640</b>  |                                | <b>635</b>  |                              | <b>660</b>  |  | <b>595</b>  |
| <b>Уплотненный полдник</b>      |             | <b>Уплотненный полдник</b>           |             | <b>Уплотненный полдник</b>     |             | <b>Уплотненный полдник</b>   |             | <b>Уплотненный полдник</b>               |             |
| Рыба, запеченная в омлете       | 160         | Суп молочный с макаронными изделиями | 200         | Вареники ленивые с маслом      | 160         | Яйцо отварное                | 40          | Морковная запеканка                      | 155         |
| Ватрушка с повидлом             | 60          | Сдоба обыкновенная                   | 60          | Вафли                          | 25          | Биточки рыбные               | 64          | Соус молочный сладкий                    | 50          |
| Какао с молоком                 | 150         | Кофейный напиток с молоком           | 150         | Молоко кипяченое               | 180         | Макаронные изделия отварные  | 120         | Булочка «Веснушка»                       | 60          |
| Хлеб пшеничный                  | 10          | Хлеб пшеничный                       | 10          | Хлеб пшеничный                 | 10          | Печенье                      | 40          | Чай с сахаром                            | 150         |
|                                 |             |                                      |             |                                |             | Чай с молоком                | 150         | Хлеб пшеничный                           | 10          |
|                                 |             |                                      |             |                                |             | Хлеб пшеничный               | 10          |  |             |
|                                 | <b>380</b>  |                                      | <b>420</b>  |                                | <b>375</b>  |                              | <b>424</b>  |  | <b>425</b>  |
| <b>Всего за день</b>            | <b>1408</b> |                                      | <b>1543</b> |                                | <b>1622</b> |                              | <b>1571</b> |  | <b>1368</b> |



Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ 22 «Тополёк»  
И.М. Демина



1,6-3 лет неделя вторая

| 1 день. Понедельник              | Выход       | 2 день. Вторник                    | Выход       | 3 день. Среда                  | Выход       | 4 день. Четверг                      | Выход       | 5 день. Пятница                  | Выход       |
|----------------------------------|-------------|------------------------------------|-------------|--------------------------------|-------------|--------------------------------------|-------------|----------------------------------|-------------|
| <b>Завтрак</b>                   |             | <b>Завтрак</b>                     |             | <b>Завтрак</b>                 |             | <b>Завтрак</b>                       |             | <b>Завтрак</b>                   |             |
| Макаронные изделия отварные      | 154         | Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая | 150         | Каша молочная пшеничная жидкая | 154         | Каша манна молочная жидкая           | 154         | Каша «Дружба»                    | 154         |
| Батон с маслом, сыром            | 24/9        | Батон с маслом, сыром              | 24/9        | Батон с маслом, сыром          | 24/9        | Батон с маслом, сыром                | 24/9        | Батон с маслом, сыром            | 24/9        |
| Чай с сахаром                    | 150         | Кофейный напиток с молоком         | 150         | Чай с лимоном                  | 150         | Кофейный напиток с молоком           | 150         | Какао с молоком                  | 150         |
|                                  | <b>337</b>  |                                    | <b>333</b>  |                                | <b>337</b>  |                                      | <b>337</b>  |                                  | <b>337</b>  |
| <b>Второй завтрак</b>            |             | <b>Второй завтрак</b>              |             | <b>Второй завтрак</b>          |             | <b>Второй завтрак</b>                |             | <b>Второй завтрак</b>            |             |
| Плоды и ягоды свежие             | 100         | Сок фруктовый                      | 125         | Плоды и ягоды свежие           | 100         | Сок фруктовый                        | 125         | Напиток из шиповника             | 150         |
| <b>Обед</b>                      |             | <b>Обед</b>                        |             | <b>Обед</b>                    |             | <b>Обед</b>                          |             | <b>Обед</b>                      |             |
| Яйцо отварное                    | 40          | Яйцо отварное                      | 40          | Салат из свежих помидор        | 40          | Салат из свеклы и моркови            | 40          | Помидоры свежие                  | 50          |
| Помидоры свежие                  | 50          | Огурцы свежие                      | 35          | Суп рассольник домашний        | 150         | Яйцо отварное                        | 40          | Свекольник                       | 150         |
| Рассольник ленинградский         | 150         | Суп картофельный с клецками        | 150         | Плов из отварной говядины      | 150         | Щи из свежей капусты с картофелем    | 150         | Птица тушеная                    | 60          |
| Печень говяжья по - строгановски | 90          | Голубцы ленивые                    | 150         | Кисель из кураги               | 150         | Биточки рыбные                       | 65          | Капуста, тушенная с яблоком      | 120         |
| Соус сметанный                   | 50          | Соус молочный с морковью           | 50          | Хлеб пшеничный                 | 30          | Картофельное пюре                    | 120         | Соус сметанный                   | 50          |
| Каша гречневая рассыпчатая       | 120         | Компот из свежих плодов или ягод   | 150         | Хлеб ржаной                    | 40          | Соус томатный                        | 50          | Компот из сушеных яблок          | 150         |
| Компот из сушеных яблок          | 150         | Хлеб пшеничный                     | 30          |                                |             | Компот из свежих плодов или ягод     | 150         | Хлеб пшеничный                   | 30          |
| Хлеб пшеничный                   | 30          | Хлеб ржаной                        | 40          |                                |             | Хлеб пшеничный                       | 30          | Хлеб ржаной                      | 40          |
| Хлеб ржаной                      | 40          |                                    |             |                                |             | Хлеб ржаной                          | 40          |                                  |             |
| <b>15:00 Снежок</b>              | <b>150</b>  |                                    |             | <b>Снежок</b>                  | <b>150</b>  |                                      |             |                                  |             |
|                                  | <b>630</b>  |                                    | <b>645</b>  |                                | <b>560</b>  |                                      | <b>485</b>  |                                  | <b>650</b>  |
| <b>Уплотненный полдник</b>       |             | <b>Уплотненный полдник</b>         |             | <b>Уплотненный полдник</b>     |             | <b>Уплотненный полдник</b>           |             | <b>Уплотненный полдник</b>       |             |
| Каша молочная кукурузная жидкая  | 154         | Рыба, припущенная в молоке         | 80          | Пудинг творожный запеченный    | 150         | Каша молочная ячневая жидкая         | 154         | Омлет с морковью                 | 77          |
| Пряник                           | 40          | Картофельное пюре                  | 120         | Вафли                          | 25          | Пирожки из сдобного теста ( с мясом) | 60          | Горошек зеленый на подгарнировку | 40          |
| Молоко кипяченое                 | 180         | Соус белый на рыбном бульоне       | 50          | Молоко кипяченое               | 180         | Чай с молоком                        | 150         | Печенье                          | 40          |
| Хлеб пшеничный                   | 10          | Булочка дорожная                   | 60          | Хлеб пшеничный                 | 10          | Хлеб пшеничный                       | 10          | Чай с сахаром                    | 150         |
|                                  |             | Какао с молоком                    | 150         | Соус молочный сладкий          | 50          |                                      |             | Хлеб пшеничный                   | 10          |
|                                  |             | Хлеб пшеничный                     | 10          |                                |             |                                      |             |                                  |             |
|                                  | <b>384</b>  |                                    | <b>470</b>  |                                | <b>415</b>  |                                      | <b>374</b>  |                                  | <b>317</b>  |
| <b>Всего за день</b>             | <b>1601</b> |                                    | <b>1573</b> |                                | <b>1562</b> |                                      | <b>1321</b> |                                  | <b>1454</b> |