

Заведующий МАДОУ 22 «Тополёк»



Утверждаю:
И.М. Демина

3-7 лет неделя первая

1 день. Понедельник	Выход	2 день. Вторник	Выход	3 день. Среда	Выход	4 день. Четверг	Выход	5 день. Пятница	Выход
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Каша манная молочная жидкая	205	Каша гречневая вязкая на молоке	255	Каша молочная пшеничная жидкая	200	Каша рисовая молочная жидкая	205	Омлет натуральный	130
Батон с маслом	35	Батон с маслом, сыром	35/9	Батон с маслом, сыром	35/9	Батон с маслом, сыром	35/9	Батон с маслом, сыром	35/9
Кофейный напиток с молоком	200	Чай с молоком	200	Какао с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200	Какао с молоком	200
	440		499		444		449		374
Второй завтрак		Второй завтрак		Второй завтрак		Второй завтрак		Второй завтрак	
Сок фруктовый	200	Плоды и ягоды свежие	150	Сок фруктовый	200	Напиток из шиповника	200	Плоды и ягоды свежие	150
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Суп картофельный с бобовыми	200	Яйцо отварное	40	Огурцы свежие	50	Помидоры свежие	60	Салат из свеклы с соленым огурцом	50
Запеканка капустная с говядиной	205	Суп из овощей	200	Борщ из свежей капусты	200	Суп крестьянский с крупой	200	Суп картофельный с макаронными изделиями	200
Соус томатный	50	Тефтели из говядины с рисом	70	Биточки рубленые из птицы	80	Жаркое по -домашнему	220	Суфле из мяса птицы	75
Кисель из кураги	200	Картофельное пюре	150	Соус томатный	50	Кисель из яблок сушеных	200	Каша перловая рассыпчатая	150
Хлеб пшеничный	40	Соус сметанный	50	Каша гречневая рассыпчатая	150	Хлеб пшеничный	40	Компот из свежих плодов или ягод	200
Хлеб ржаной	50	Компот из свежих плодов или ягод	200	Компот из сушонбых яблок	200	Хлеб ржаной	50	Хлеб пшеничный	40
		Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40			Хлеб ржаной	50
		Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50				
15:00				Снежок	200				
	745		800		820		770		765
Уплотненный полдник		Уплотненный полдник		Уплотненный полдник		Уплотненный полдник		Уплотненный полдник	
Рыба, запеченная в омлете	190	Суп молочный с макаронными изделиями	200	Вареники ленивые с маслом	250	Яйцо отварное	40	Морковная запеканка	200
Ватрушка с повидлом	80	Сдоба обыкновенная	70	Вафли	25	Биточки рыбные	75	Соус молочный сладкий	50
Какао с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200	Молоко кипяченое	200	Макаронные изделия отварные	150	Булочка «Веснушка»	70
Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Печенье	50	Чай с сахаром	200
						Чай с молоком	200	Хлеб пшеничный	20
						Хлеб пшеничный	20		
	490		490		495		535		540
Всего за день	1875		1939		2159		1954		1829

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



3-7 лет неделя вторая

1 день. Понедельник	Выход	2 день. Вторник	Выход	3 день. Среда	Выход	4 день. Четверг	Выход	5 день. Пятница	Выход
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Макаронные изделия отварные	205	Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая	200	Каша молочная пшеничная жидкая	205	Каша манная молочная жидкая	205	Каша «Дружба»	205
Батон с маслом, сыром	35/9	Батон с маслом, сыром	35/9	Батон с маслом, сыром	35/9	Батон с маслом, сыром	35/9	Батон с маслом, сыром	35/9
Чай с сахаром	200	Кофейный напиток с молоком	200	Чай с лимоном	200	Кофейный напиток с молоком	200	Какао с молоком	200
	440		444		444		449		374
Второй завтрак		Второй завтрак		Второй завтрак		Второй завтрак		Второй завтрак	
Плоды и ягоды свежие	150	Сок фруктовый	200	Плоды и ягоды свежие	150	Сок фруктовый	200	Напиток из шиповника	200
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Яйцо отварное	40	Яйцо отварное	40	Салат из свежих помидор	60	Салат из свеклы и моркови	60	Помидоры свежие	60
Помидоры свежие	60	Огурцы свежие	50	Суп рассольник домашний	200	Яйцо отварное	40	Свекольник	200
Рассольник ленинградский	200	Суп картофельный с клецками	200	Плов из отварной говядины	210	Щи из свежей капусты с картофелем	200	Птица тушеная	80
Печень говяжья по - стrogановски	110	Голубцы ленивые	150	Кисель из кураги	200	Биточки рыбные	75	Капуста, тушенная с яблоком	150
Соус сметанный	50	Соус молочный с морковью	50	Хлеб пшеничный	40	Картофельное пюре	150	Соус сметанный	50
Каша гречневая рассыпчатая	150	Компот из свежих плодов или ягод	200	Хлеб ржаной	50	Соус томатный	50	Компот из сушеных яблок	200
Компот из сушеных яблок	200	Хлеб пшеничный	40			Компот из свежих плодов или ягод	200	Хлеб пшеничный	40
Хлеб пшеничный	40	Хлеб ржаной	50			Хлеб пшеничный	40	Хлеб ржаной	50
Хлеб ржаной	50					Хлеб ржаной	50		
15:00 Снежок	200			Снежок	200				
	900		519		760		865		830
Уплотненный полдник		Уплотненный полдник		Уплотненный полдник		Уплотненный полдник		Уплотненный полдник	
Каша молочная кукурузная жидкая	205	Рыба, припущенная в молоке	95	Пудинг творожный запеченный	200	Каша молочная ячневая жидкая	205	Омлет с морковью	155
Пряник	60	Картофельное пюре	150	Вафли	25	Пирожки из сдобного теста (с мясом)	80	Горошек зеленый на подгариновку	40
Молоко кипяченое	200	Соус белый на рыбном бульоне	50	Молоко кипяченое	200	Чай с молоком	200	Печенье	50
Хлеб пшеничный	20	Булочка дорожная	80	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Чай с сахаром	200
		Какао с молоком	200	Соус молочный сладкий	50			Хлеб пшеничный	20
		Хлеб пшеничный	20						
	485		595		495		505		465
Всего за день	2175		1758		2049		2019		1829