

Утверждаю
Заведующий МДОУ «Детский сад № 111»

И.А. Лебедева



МЕНЮ

2 Неделя

| Понедельник | | | | |
|--|--------------|-------------|--------------|--------------|
| <i>Завтрак</i> | | | | |
| | <i>выход</i> | | <i>ккал</i> | |
| | <i>ясли</i> | <i>сад</i> | <i>ясли</i> | <i>сад</i> |
| Каша молочная геркулесовая полужидкая | 150 | 200 | 190,5 | 164 |
| Какао с молоком | 150 | 180 | 137 | 102 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 40 | 72 | 94 |
| Всего за прием пищи | 330 | 420 | 399,5 | 360 |
| <i>2ой Завтрак</i> | | | | |
| Сок | 150 | 200 | 78 | 130 |
| Всего за прием пищи | 150 | 200 | 78 | 130 |
| <i>Обед</i> | | | | |
| Суп картофельный с бобовыми (горохом лущеным на м/б) | 170 | 210 | 173 | 213 |
| Ежи мясные | 85 | 100 | 173 | 204 |
| Соус молочный | 50 | 50 | 78 | 78 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 200 | 93 | 94,2 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 79 | 87 |
| Всего за прием пищи | 495 | 610 | 596 | 632,2 |
| <i>Уплотненный полдник с включением блюд ужина</i> | | | | |
| Подлива из вареной куры | 80 | 80 | 168 | 168 |
| Макароны отварные | 100 | 150 | 102 | 205 |
| Чай с сахаром | 180 | 180 | 43 | 43 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 40 | 72 | 94 |
| Всего за прием пищи | 390 | 450 | 437 | 562 |
| Всего за день | 1365 | 1680 | 1400 | 1800 |

Заведующий МДОУ «Детский сад № 111»

Утверждаю


И.А. Лебедева



МЕНЮ

2 Неделя

| Вторник | | | | |
|---|-------------|-------------|--------------|--------------|
| Завтрак | | | | |
| | выход | | ккал | |
| | ясли | сад | ясли | сад |
| Каша молочная гречневая вязкая | 150 | 200 | 121,7 | 152 |
| Кофейный напиток на молоке | 180 | 200 | 93,3 | 150 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 40 | 72 | 94 |
| Масло сливочное порционнно | 8 | 10 | 53 | 66 |
| Всего за прием пищи | 368 | 450 | 340 | 462 |
| 2ой Завтрак | | | | |
| Снежок | 150 | 200 | 82 | 122 |
| Всего за прием пищи | 150 | 200 | 82 | 122 |
| Обед | | | | |
| Свекольник со сметаной и мясом кур | 150/10 | 200/10 | 180,6 | 217 |
| Котлета мясная | 60 | 80 | 174 | 241,8 |
| Овощи тушеные | 130 | 170 | 102 | 126 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 200 | 93 | 94,2 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 79 | 87 |
| Всего за прием пищи | 540 | 690 | 628,6 | 766 |
| Уплотненный полдник с включением блюд ужина | | | | |
| Пудинг творожный | 120 | 140 | 186,2 | 245 |
| Джем | 30 | 35 | 68,6 | 68,6 |
| Чай с низким содержанием сахара | 150 | 200 | 22 | 42,2 |
| Кондитерское изделие без крема | 30 | 35 | 72 | 94 |
| Всего за прием пищи | 330 | 410 | 348,8 | 449,8 |
| Всего за день | 1388 | 1750 | 1400 | 1800 |


 Утверждаю
 Заведующий МДОУ «Детский сад № 111»
 И.А. Лебедева

МЕНЮ

2 Неделя

| Среда | | | | |
|--|--------------|-------------|--------------|--------------|
| Завтрак | | | | |
| | <i>выход</i> | | <i>ккал</i> | |
| | <i>ясли</i> | <i>сад</i> | <i>ясли</i> | <i>сад</i> |
| Каша пшеничная на молоке | 150 | 200 | 123,5 | 266 |
| Молоко кипяченое | 150 | 200 | 95 | 105 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 40 | 72 | 94 |
| Сыр порционно | 10 | 15 | | 55 |
| Всего за прием пищи | 340 | 455 | 290,5 | 520 |
| 2ой Завтрак | | | | |
| Напиток из свежемороженых ягод | 150 | 200 | 82 | 122 |
| Всего за прием пищи | 150 | 200 | 82 | 122 |
| Обед | | | | |
| Рассольник на курином бульоне со сметаной | 160 | 210 | 185 | 238 |
| Котлета рыбная | 50 | 60 | 154 | 164 |
| Пюре картофельное | 120 | 150 | 110 | 104 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 200 | 93 | 94,2 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 79 | 87 |
| Всего за прием пищи | 520 | 670 | 621 | 687,2 |
| Уплотненный полдник с включением блюд ужина | | | | |
| Подлива из вареного мяса | 50 | 60 | 160 | 172 |
| Рис отварной | 120 | 140 | 100 | 111 |
| Соус томатный | 30 | 30 | 32 | 32 |
| Чай с сахаром | 150 | 180 | 42,2 | 62,2 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 40 | 72 | 94 |
| Всего за прием пищи | 380 | 450 | 406,2 | 471,2 |
| Всего за день | 1390 | 1775 | 1400 | 1800 |

Утверждаю
Заведующий МДОУ «Детский сад № 111»

И.А. Лебедева



МЕНЮ

2 Неделя

| Четверг | | | | |
|--|--------------|-------------|--------------|--------------|
| <i>Завтрак</i> | | | | |
| | <i>выход</i> | | <i>ккал</i> | |
| | <i>ясли</i> | <i>сад</i> | <i>ясли</i> | <i>сад</i> |
| Каша ячневая жидкая на молоке | 150 | 200 | 135 | 180 |
| Кофейный напиток на молоке | 180 | 200 | 93,3 | 150 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 40 | 72 | 94 |
| Масло сливочное порционно | 8 | 10 | 53 | 66 |
| Всего за прием пищи | 368 | 450 | 353,3 | 490 |
| <i>2ой Завтрак</i> | | | | |
| Кефир | 150 | 200 | 85 | 122 |
| Всего за прием пищи | 150 | 200 | 85 | 122 |
| <i>Обед</i> | | | | |
| Суп картофельный на курином бульоне | 160 | 210 | 162 | 169 |
| Суфле куриное | 60 | 80 | 120 | 160 |
| Свекла тушеная/ Макароны отварные | 30/100 | 50/100 | 110 | 137 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 200 | 93 | 94,2 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 79 | 87 |
| Всего за прием пищи | 540 | 690 | 564 | 647,2 |
| <i>Уплотненный полдник с включением блюд ужина</i> | | | | |
| Творожно-морковная запеканка | 130 | 160 | 256,0 | 393 |
| Сгущенное молоко | 35 | 35 | 65 | 65 |
| Чай с сахаром | 160 | 180 | 42,2 | 42,2 |
| Печенье | 20 | 20 | 35 | 35 |
| Всего за прием пищи | 370 | 430 | 398,2 | 535,2 |
| Всего за день | 1428 | 1770 | 1400 | 1800 |

Утверждаю
 Заведующий МДОУ «Детский сад № 111»
 И.А. Лебедева



МЕНЮ

2 Неделя

| Пятница | | | | |
|--|--------------|-------------|--------------|--------------|
| <i>Завтрак</i> | | | | |
| | <i>выход</i> | | <i>ккал</i> | |
| | <i>ясли</i> | <i>сад</i> | <i>ясли</i> | <i>сад</i> |
| Каша «Дружба» жидкая на молоке | 150 | 200 | 149 | 178 |
| Чай с молоком | 150 | 200 | 195 | 195 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 40 | 52,4 | 94 |
| Всего за прием пищи | 320 | 440 | 396 | 467 |
| <i>2ой Завтрак</i> | | | | |
| Кисель | 150 | 200 | 82 | 122 |
| Всего за прием пищи | 150 | 200 | 82 | 122 |
| <i>Обед</i> | | | | |
| Щи со сметаной на мясном бульоне | 150/20 | 200/20 | 140 | 200 |
| Запеканка картофельная с мясом | 150 | 150 | 317 | 380 |
| Соус томатный с овощами | 30 | 50 | 36 | 36 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 200 | 93 | 94,2 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 50 | 62,6 | 85 |
| Всего за прием пищи | 545 | 670 | 648,6 | 795,2 |
| <i>Уплотненный полдник с включением блюд ужина</i> | | | | |
| Вермишель молочная | 150 | 200 | 100 | 189 |
| Булочка домашняя | 50 | 60 | 138 | 159 |
| Чай с сахаром | 150 | 200 | 35,1 | 68 |
| Всего за прием пищи | 350 | 460 | 273,1 | 416 |
| Всего за день | 1365 | 1770 | 1400 | 1800 |