

10-дневное меню МБДОУ д/с №49 "ФЕЯ"		
1 день		
	Выход блюда	
	ЯСЛИ	САД
ЗАВТРАК:		
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	150	200
С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	2	3
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	31
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	10
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	150	180
С САХАРОМ	7	10
2 ЗАВТРАК:		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	50	100
ОБЕД:		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ		
С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150,0	200,0
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50	70
КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	70	100
КАПУСТА КВАШЕННАЯ	30	46
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	180
ХЛЕБ РЖАНОЙ "ОКСКИЙ"	30	42
ПОЛДНИК:		
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	80
СОУС МОЛОЧНЫЙ	25	33
РИС ОТВАРНОЙ	60	90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	31
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	180/10
УЖИН:		
2 день		
	Выход блюда	
	ЯСЛИ	САД
ЗАВТРАК:		
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	200
С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	2	3
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	30
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	10
КАКАО С МОЛОКОМ И С САХАРОМ	150/8	180/10
2 ЗАВТРАК:		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	50	100
ОБЕД:		
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	200
СО СМЕТАНОЙ	5	5
МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ	120	160
С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	5	5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180
ХЛЕБ РЖАНОЙ "ОКСКИЙ"	30	41
КАПУСТА КВАШЕННАЯ	30	45
ПОЛДНИК:		

СЫРНИКИ С ТВОРОГОМ	75	100
СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	15	30
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	31
УЖИН:		
3 день		
	Выход блюда	
	ЯСЛИ	САД
ЗАВТРАК:		
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	200
С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	2	3
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	31
КАКАО НА МОЛОКЕ	150	180
С САХАРОМ	7	10
2 ЗАВТРАК:		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ		
ОБЕД:		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	200
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	50,0	67,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	130
ХЛЕБ РЖАНОЙ "ОКСКИЙ"	30	42
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180
ПОЛДНИК:		
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	55	
ИКРА КАБАЧКОВАЯ (консервированная)	40	60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	32
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	180/10
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ С ИЗЮМОМ	50	50
УЖИН:		
4 день		
	Выход блюда	
	ЯСЛИ	САД
ЗАВТРАК:		
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	200
С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	2	3
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	31
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		
ПОРЦИЯМИ	5	10
КАКАО С МОЛОКОМ И САХАРОМ	150/8	180/10
2 ЗАВТРАК:		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ		
ОБЕД:		
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	200
СО СМЕТАНОЙ	3,0	5,0
ПТИЦА ОТВАРНАЯ (ПОРЦИОННАЯ)	60	80
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	150
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180

ХЛЕБ РЖАНОЙ "ОКСКИЙ"	30	39
ПОЛДНИК:		
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	80
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	180/10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30
РИС ОТВАРНОЙ	110	130
УЖИН		
5 день		
	Выход блюда	
	ЯСЛИ	САД
ЗАВТРАК:		
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	200
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	31
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	10
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	180
2 ЗАВТРАК:		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	50	100
ОБЕД:		
СВЕКОЛЬНИК	180	200
СО СМЕТАНОЙ	7,0	11,0
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНО-СМЕТАННОМ СОУСЕ	105	135
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	130
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180
ХЛЕБ РЖАНОЙ "ОКСКИЙ"	30	39
ПОЛДНИК:		
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		120
СЫРНИКИ С ТВОРОГОМ	75	
СО СМЕТАНОЙ	10	10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	33
КЕФИР	150	181
УЖИН		
6 день		
	Выход блюда	
	ЯСЛИ	САД
ЗАВТРАК:		
КАША ЖИДКАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ НА СГУЩЕНОМ МОЛОКЕ	150	200
С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	2	3
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	30
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИЯМИ	5	10
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	180/10
2 ЗАВТРАК:		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	50	100
ОБЕД:		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	200
	15,0	25,0

ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	95
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	130
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	180
ХЛЕБ РЖАНОЙ "ОКСКИЙ"	30	41
ПОЛДНИК:		
РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	60	80
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	130
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	33
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	180/10
УЖИН		
7 день		
	Выход блюда	
		САД
ЗАВТРАК:		
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	200
С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	2	4
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	30
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	10
КАКАО С МОЛОКОМ И САХАРОМ	150/8	180/10
2 ЗАВТРАК:		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	50	100
ОБЕД:		
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	200
СО СМЕТАНОЙ	7	10
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	70
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180
ХЛЕБ РЖАНОЙ "ОКСКИЙ"	30	41
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	130
ПОЛДНИК:		
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	55	
ЯЙЦО ОТВАРНОЕ		1шт
ИКРА КАБАЧКОВАЯ (консервированная)	40	60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	31
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	180/10
УЖИН		
8 день		
	Выход блюда	
	ЯСЛИ	САД
ЗАВТРАК:		
СУП МОЛОЧНЫЙ		
С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	200
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	30
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	10
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	180
С САХАРОМ	7	10
2 ЗАВТРАК:		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	50	100
ОБЕД:		

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВ	150	200
СОУС ТОМАТНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	30	40
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	60	77
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	80	100
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180
ХЛЕБ РЖАНОЙ "ОКСКИЙ"	30	41
ПОЛДНИК:		
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ		120/10
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	75/10	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	31
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	180
УЖИН		
9 день		
	Выход блюда	
	ЯСЛИ	САД
ЗАВТРАК:		
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	200
С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	2	3
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	31
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		
ПОРЦИЯМИ	5	10
КАКАО С МОЛОКОМ И САХАРОМ	150/8	180/10
2 ЗАВТРАК:		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	50	100
ОБЕД:		
БУЛЬОН ИЗ ПТИЦЫ ДЕТСКИЙ	150	200
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	20,0	20,0
ПЛОВ	100	130
ИЗ ПТИЦЫ	40	60
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180
ХЛЕБ РЖАНОЙ "ОКСКИЙ"	15	20
ПОЛДНИК:		
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	31
КЕФИР	150	180
УЖИН:		
10 день		
	Выход блюда	
	ЯСЛИ	САД
ЗАВТРАК:		
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	200
С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	2	3
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	31
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	10
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	180
И САХАРОМ	7	10
2 ЗАВТРАК:		

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	50	100
ОБЕД:		
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	150	200
СО СМЕТАНОЙ	5,0	7,0
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	43./60	70./80
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	150
КАПУСТА КВАШЕННАЯ	30	50
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180
ХЛЕБ РЖАНОЙ "ОКСКИЙ"	30	42
ПОЛДНИК:		
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ИЗЮМОМ	75	120
СО СМЕТАНОЙ	10	10
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	50
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	180
УЖИН:		