

10-дневное меню МБДОУ д/с №49 "ФЕЯ"		
1 день		
	Выход блюда	
	ЯСЛИ	САД
<b>ЗАВТРАК:</b>		
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
<b>2 ЗАВТРАК:</b>		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	50	100
<b>ОБЕД:</b>		
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
<b>ПОЛДНИК:</b>		
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	80
СОУС МОЛОЧНЫЙ	25	33
РИС ОТВАРНОЙ	60	90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	31
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	180/10
<b>УЖИН:</b>		
2 день		
	Выход блюда	
	ЯСЛИ	САД
<b>ЗАВТРАК:</b>		
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
<b>2 ЗАВТРАК:</b>		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	50	100
<b>ОБЕД:</b>		
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
<b>ПОЛДНИК:</b>		

СЫРНИКИ С ТВОРОГОМ	75	100
СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	15	30
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	31
<b>УЖИН:</b>		
<b>3 день</b>		
	<b>Выход блюда</b>	
	<b>ЯСЛИ</b>	<b>САД</b>
<b>ЗАВТРАК:</b>		
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	200
С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	2	3
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	31
КАКАО НА МОЛОКЕ	150	180
С САХАРОМ	7	10
<b>2 ЗАВТРАК:</b>		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ		
<b>ОБЕД:</b>		
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
<b>ПОЛДНИК:</b>		
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
<b>УЖИН:</b>		
<b>4 день</b>		
	<b>Выход блюда</b>	
	<b>ЯСЛИ</b>	<b>САД</b>
<b>ЗАВТРАК:</b>		
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
<b>2 ЗАВТРАК:</b>		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ		
<b>ОБЕД:</b>		
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
<b>ПОЛДНИК:</b>		
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	80
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	180/10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30
РИС ОТВАРНОЙ	110	130
<b>УЖИН</b>		
<b>5 день</b>		
	<b>Выход блюда</b>	
	<b>ЯСЛИ</b>	<b>САД</b>
<b>ЗАВТРАК:</b>		
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	200
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	31
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	10
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	180
<b>2 ЗАВТРАК:</b>		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	50	100
<b>ОБЕД:</b>		
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
<b>ПОЛДНИК:</b>		
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		120
СЫРНИКИ С ТВОРОГОМ	75	
СО СМЕТАНОЙ	10	10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	33
КЕФИР	150	181
<b>УЖИН</b>		
<b>6 день</b>		
	<b>Выход блюда</b>	
	<b>ЯСЛИ</b>	<b>САД</b>
<b>ЗАВТРАК:</b>		
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
<b>2 ЗАВТРАК:</b>		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	50	100
<b>ОБЕД:</b>		
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
<b>ПОЛДНИК:</b>		
РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	60	80
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	130
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	33
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	180/10
<b>УЖИН</b>		
<b>7 день</b>		
	<b>Выход блюда</b>	
		<b>САД</b>
<b>ЗАВТРАК:</b>		
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
<b>2 ЗАВТРАК:</b>		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	50	100
<b>ОБЕД:</b>		
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
<b>ПОЛДНИК:</b>		
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	55	
ЯЙЦО ОТВАРНОЕ		1шт
ИКРА КАБАЧКОВАЯ (консервированная)	40	60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	31
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	180/10
<b>УЖИН</b>		
<b>8 день</b>		
	<b>Выход блюда</b>	
	<b>ЯСЛИ</b>	<b>САД</b>
<b>ЗАВТРАК:</b>		
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
<b>2 ЗАВТРАК:</b>		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	50	100
<b>ОБЕД:</b>		

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
<b>ПОЛДНИК:</b>		
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ		120/10
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	75/10	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	31
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	180
<b>УЖИН</b>		
<b>9 день</b>		
	<b>Выход блюда</b>	
	<b>ЯСЛИ</b>	<b>САД</b>
<b>ЗАВТРАК:</b>		
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
<b>2 ЗАВТРАК:</b>		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	50	100
<b>ОБЕД:</b>		
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
<b>ПОЛДНИК:</b>		
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	31
КЕФИР	150	180
<b>УЖИН:</b>		
<b>10 день</b>		
	<b>Выход блюда</b>	
	<b>ЯСЛИ</b>	<b>САД</b>
<b>ЗАВТРАК:</b>		
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
<b>2 ЗАВТРАК:</b>		

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	50	100
<b>ОБЕД:</b>		
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
<b>ПОЛДНИК:</b>		
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ИЗЮМОМ	75	120
СО СМЕТАНОЙ	10	10
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	50
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	180
<b>УЖИН:</b>		