

**УТВЕРЖДАЮ:**

Заведующий

МБДОУ детский сад № 43

С.В. Исакова



**Меню Понедельник (день1)**

Наименование блюда	Ясли	Сад	Ясли	Сад
	<i>Вес блюда</i>		<i>Энергетическая ценность</i>	
<b><i>Завтрак:</i></b>				
Макароны отварные с маслом и тертым сыром	95	120	219,86	247,48
Икра кабачковая	40	60	48,00	72,00
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5	87,00	111,00
Чай с сахаром	180	200	48,00	53,33
<b><i>2-ой завтрак</i></b>				
Сок фруктовый	110	110	60,00	60,00
<b><i>Обед:</i></b>				
Рассольник	150	200	128,10	154,00
Плов с мясом	160	180	185,00	302,35
Салат из квашеной капусты и зеленым горошком	40	60	41,00	48,00
Компот из сухофруктов	150	180	64,80	80,50
Хлеб пшеничный	20	27	47,00	63,00
Хлеб ржаной	28	35	65,00	81,00
<b><i>Полдник:</i></b>				
Булочка «Витьба»	60	70	174,00	202,00
Молоко кипяченое	150	180	70,00	81,00

**УТВЕРЖДАЮ:**

Заведующий

МБДОУ детский сад № 43

С.В. Исакова



**Меню Вторник (день 2)**

Наименование блюда	Ясли	Сад	Ясли	Сад
	Вес блюда		Энергетическая ценность	
<b>Завтрак:</b>				
Каша геркулесовая молочная	150	200	155,20	205,40
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5	87,00	111,00
Кофейный напиток на молоке	180	200	122,40	134,44
<b>2-ой завтрак:</b>				
Фрукты свежие	102	105	48,00	49,00
<b>Обед:</b>				
Суп с мясными фрикадельками	150/15	180/20	127,00	162,00
Суфле из субпродуктов	60	80	91,80	122,40
Картофельное пюре	120	150	144,00	147,00
Овощи порционные	40	60	4,57	6,00
Компот из свежих фруктов	150	180	51,00	61,00
Хлеб пшеничный	20	27	47,00	63,00
Хлеб ржаной	28	35	65,00	81,00
<b>Полдник:</b>				
Пудинг творожный со сметаной	110/20	130/20	184,00	215,60
Молочный продукт	150	180	70,00	81,00

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

МБДОУ детский сад № 43

С.В. Исакова



**Меню Среда (3 день)**

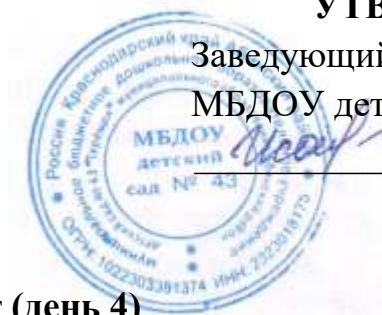
Наименование блюда	Ясли	Сад	Ясли	Сад
	<i>Вес блюда</i>		<i>Энергетическая ценность</i>	
<i>Завтрак:</i>				
Омлет натуральный	100	110	160,00	182,13
Икра кабачковая	40	50	48,00	60,00
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	20/5/6	25/5/10	102,00	128,00
Чай с сахаром	180	200	48,00	53,33
<i>2-ой завтрак</i>				
Фрукты свежие	102	105	48,00	49,00
<i>Обед:</i>				
Суп рыбный	150	200	131,00	140,00
Оладьи из мяса птицы	60	70	191,00	216,21
Рагу из овощей	120	150	115,97	152,82
Компот из свежих фруктов	150	180	51,00	61,00
Хлеб пшеничный	20	27	47,00	63,00
Хлеб ржаной	28	35	65,00	81,00
<i>Полдник:</i>				
Каша гречневая молочная	150	200	152,10	203,42
Хлеб пшеничный	15	20	35,25	47,00
Какао на молоке	180	200	99,60	101,11

**УТВЕРЖДАЮ:**

Заведующий

МБДОУ детский сад № 43

С.В. Исакова



**Меню Четверг (день 4)**

Наименование блюда	Ясли	Сад	Ясли	Сад
	<b>Вес блюда</b>		<b>Энергетическая ценность</b>	
<b>Завтрак:</b>				
Каша манная молочная	150	200	166,00	221,00
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5	87,00	111,00
Чай с сахаром	180	200	48,00	53,33
<b>2-ой завтрак</b>				
Сок фруктовый	120	120	65,46	65,46
<b>Обед:</b>				
Суп гороховый с гренками	150/7	180/15	98,00	136,00
Котлета рыбная	60	70	135,00	149,00
Рис отварной с овощами	110	130	125,00	150,00
Салат из квашеной капусты со свеклой	40	60	36,00	48,00
Кисель из сухофруктов	150	180	75,00	88,00
Хлеб пшеничный	15	20	35,25	47,00
Хлеб ржаной	28	35	65,00	81,00
<b>Полдник:</b>				
Пирожок с повидлом	60	70	168,40	185,80
Кофейный напиток на молоке	180	200	122,40	134,44

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

МБДОУ детский сад № 43

С.В. Исакова



Меню Пятница (день5)

Наименование блюда	Ясли	Сад	Ясли	Сад
	<i>Вес блюда</i>		<i>Энергетическая ценность</i>	
<i>Завтрак:</i>				
Каша молочная «Дружба»	150	200	155,00	237,23
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5	87,00	111,00
Чай с сахаром	180	200	48,00	53,33
<i>2-ой завтрак</i>				
Фрукты свежие	102	105	48,00	49,00
<i>Обед:</i>				
Борщ на мясном бульоне	150	180	123,00	167,00
Жаркое по-домашнему	140	160	200,00	301,00
Салат из соленых огурцов или соленых помидоров	40	60	25,00	28,00
Компот из свежих фруктов	150	180	51,00	61,00
Хлеб пшеничный	20	27	47,00	63,00
Хлеб ржаной	28	35	65,00	81,00
<i>Полдник:</i>				
Запеканка творожная со сгущенным молоком	120/10	130/20	207,00	258,00
Какао на молоке	180	200	99,60	101,11

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

МБДОУ детский сад № 43

С.В. Исакова



Меню Понедельник (деньб)

Наименование блюда	Ясли	Сад	Ясли	Сад
	<i>Вес блюда</i>		<i>Энергетическая ценность</i>	
<i>Завтрак:</i>				
Омлет натуральный	100	110	160,00	182,13
Зеленый горошек	40	50	17,79	21,99
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	20/5/6	25/5/10	102,00	128,00
Чай с сахаром	180	200	48,00	53,33
<i>2-ой завтрак:</i>				
Сок фруктовый	120	120	65,46	65,46
<i>Обед:</i>				
Борщ с фасолью на мясном бульоне	150	200	140,00	166,20
Субпродукты по-строгановски	60	80	102,1	130,21
Вермишель отварная с маслом	110	130	94,00	120,25
Салат из квашенной капусты со свеклой и зеленым горошком	40	60	41,00	48,00
Компот из сухофруктов	150	180	64,80	80,50
Хлеб пшеничный	20	27	47,00	63,00
Хлеб ржаной	28	35	65,00	81,00
<i>Полдник:</i>				
Булочка с «посыпкой»	60	70	145,00	189,00
Молочный продукт	150	180	70,00	81,00

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

МБДОУ детский сад № 43

С.В. Исакова



Меню Вторник (день 7)

Наименование блюда	Ясли	Сад	Ясли	Сад
	<i>Вес блюда</i>		<i>Энергетическая ценность</i>	
<i>Завтрак:</i>				
Каша ячневая молочная	150	200	175,00	237,50
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5	87,00	111,00
Чай с сахаром	180	200	48,00	53,33
<i>2-ой завтрак</i>				
Фрукты свежие	102	105	48,00	49,00
<i>Обед:</i>				
Суп с клецками	150	200	99,00	136,00
Голубцы ленивые со сметанным соусом	150/30	180/30	265,00	296,00
Овощи порционные	40	60	4,57	6,00
Компот из свежих фруктов	150	180	51,00	61,00
Хлеб пшеничный	20	27	47,00	63,00
Хлеб ржаной	28	35	65,00	81,00
<i>Полдник:</i>				
Сырники из творога со сгущенным молоком	110/20	120/30	182,10	239,20
Молоко кипяченое	150	180	70,00	81,00

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

МБДОУ детский сад № 43

С.В. Исакова



Меню Среда (день 8)

Наименование блюда	Ясли	Сад	Ясли	Сад
	<i>Вес блюда</i>		<i>Энергетическая ценность</i>	
<i>Завтрак:</i>				
Каша пшеничная молочная	150	200	127,00	203,00
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5	87,00	111,00
Кофейный напиток на молоке	180	200	122,40	134,44
<i>2-ой завтрак</i>				
Фрукты свежие	102	105	48,00	49,00
<i>Обед:</i>				
Суп Харчо	150	200	180,06	200,83
Шницель из мяса птицы запеченный	60	70	115,00	118,00
Каша гречневая	110	130	113,70	117,63
Овощи порционные	40	60	4,57	6,00
Компот из сухофруктов	150	180	64,80	80,50
Хлеб пшеничный	20	27	47,00	63,00
Хлеб ржаной	28	35	65,00	81,00
<i>Полдник:</i>				
Яйцо отварное	40	40	43,00	43,00
Икра кабачковая	40	60	48,00	60,00
Хлеб ржаной	20	30	46,00	56,00
Сок фруктовый	150	180	100,25	115,50
Кондитерское изделие	20	50	56,40	114,30



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

МБДОУ детский сад № 43

С.В. Исакова



Меню: Четверг (день9)

Наименование блюда	Ясли	Сад	Ясли	Сад
	<i>Вес блюда</i>		<i>Энергетическая ценность</i>	
<i>Завтрак:</i>				
Каша пшеничная молочная	150	200	175,00	237,33
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5	87,00	111,00
Чай с сахаром	180	200	48,00	53,33
<i>2-ой завтрак:</i>				
Сок фруктовый	110	110	60,00	60,00
<i>Обед:</i>				
Суп с крупой на мясном бульоне	150	200	128,00	154,00
Рыба по-Польски	60	80	135,70	216,00
Икра свекольная	110	130	50,00	54,00
Компот из сухофруктов	150	180	64,80	80,50
Хлеб пшеничный	20	27	47,00	63,00
Хлеб ржаной	28	35	65,00	81,00
<i>Полдник:</i>				
Булочка молочная	60	70	152,70	197,67
Кофейный напиток на молоке	180	200	122,40	134,44

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

МБДОУ детский сад № 43

С.В. Исакова



**Меню Пятница (день 10)**

Наименование блюда	Ясли	Сад	Ясли	Сад
	<i>Вес блюда</i>		<i>Энергетическая ценность</i>	
<i>Завтрак:</i>				
Каша рисовая молочная	150	200	175,00	214,00
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	20/5/6	25/5/10	102,00	128,00
Какао на молоке	180	200	99,60	101,11
<i>2-ой завтрак</i>				
Сок фруктовый	120	120	65,46	65,46
<i>Обед:</i>				
Суп рыбный	150	200	131,00	140,00
Биточки мясные, запеченные в соусе томатном	50/10	60/20	174,00	203,00
Картофельное пюре	120	150	144,00	147,00
Салат из свеклы с зеленым горошком	40	60	37,00	53,00
Компот из сухофруктов	150	180	64,80	80,50
Хлеб пшеничный	20	27	47,00	63,00
Хлеб ржаной	28	35	65,00	81,00
<i>Полдник:</i>				
Кондитерское изделие	50	70	114,30	167,80
Чай с сахаром	180	200	48,00	53,33
Фрукты свежие	102	105	48,00	49,00