

Утверждаю
Заведующий МАДОУ «Детский сад №8
«Теремок» общеразвивающего вида
_____ Абдурахманова.Г.Р

Принят - 35 от 28.02.2020



Примерное десятидневное меню
для питания детей дошкольного возраста,
посещающих МАДОУ «Детский сад №8 «Теремок»
общеразвивающего вида» г.Нурлат РТ
на весенней – летний период 2020 г

Наименование блюда	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтра	Макароны отварные с тертым яйцом 200 Чай сладкий 200 Печенье 20	Каша молочная пшеничная 200 Бутерброд с маслом сыром 25/5/10 Кофейный напиток 180	Твороженная запеканка со сгущен.мол.250 Бутерброд с сыром 25/10 Чай сладкий 180	Каша молочная манная 200 Бутерброд с маслом и сыром 25/10/5 Какао на молоке 180	Корлевская ватрушка 100 Кисель 180	Каша гречневая с маслом 200 Отварное яйцо 60гр Бутерброд с маслом 25/5 Чай сладкий 180	Каша молочная «Дружба» 200 Бутерброд с маслом и сыром 25/5/10 Кофейный напиток 180	Омлет 150 Бутерброд с сыром и маслом 25/5/10 Чай сладкий 180	Каша молочная геркулесовая 200 Бутерброд с маслом и сыром 25/5/10 Какао на молоке 180	Каша молочная пшеничная 200 кисель 180 бутерброд с сыром и маслом 25/10/5
2Завтр	Апельсины -100гр	Груши 100гр	Яблоки 100гр	Апельсины 200гр	Сок 200	Бананы 200гр	Яблоки 100	Апельсины 100	Груши 100	Бананы 200
Обед	Суп свекольник на м.б- 250 Каша гречневая 150 с гуляшом из говядины - 70 Хлеб пшен-40 Хлеб ржан -50 Комп.сухофр с витамином С -180 Соленый огурец 20гр	Суп на кур.б рассольник со сметаной 250 Картофельное пюре 150 Порцион. Курица 70 Хлеб пшен 30 Хлеб рж 50 Комп из сухоф с витам С-180 Салат зеленый горошек 50	Суп щи на кур.б 250 Отварной рис с порцион.курицей 260 Хлеб пш. 40 Хлеб рж.50 Комп из сухофр с -180 Салат отварная морковь 50гр	Суп на кур.б с кудрявый 250 Овощное рагу с мясом 60 Хл. пшен-40 Хл. Рж-50 Комп из сухофр с витам С 180 Салат отварная морковь 50гр	Суп гречневый на м.б 250 Манты 170 Хл пшен 40 Хл рж 50 Компот из сухофр в с витамС 180 Салат свекольный с солен.огурцам и 50гр	Суп рисовый на м.б 250 Макароны отварные с котлетами 200 Хл.пшен 40 Хл ржаной 50 Ком из сухофр с витам С 180 Соленые огурцы 40гр	Суп на кур.б борщ со сметаной 250 Каша перловая с 150 порционная курица 70 Хл.пш-40 Хл рж-50 Комп сухофр с витам С 180 Салат зеленый горошек 30гр	Суп на кур.б домашняя лапша 250 Тушеная картошка с мясом 200 Хл пш 40 Хл. Рж 50 Комп.сухофр 180 Отварная морковь 60	Суп на кур.б гречневый 250 Ленивые голубцы 200 Хл.пш 40 Хл. Рж 50 Комп.сухофр 180 Отварная морковь 60	Суп на м.б крестьянский 250 Вак белеш 200 Хл пш 40 Хл рж 50 Комп.сухофр 180 салат свекольный 50гр
Полдник	Молоко 200 Вафли 20	Чай сладкий 180 Пирог яблочный 40	Какао на молоке 180 Вафли 20	Кисель 180 Печенье -20	Какао на молоке 180 Печенье 20	Кефир слад -200 Печенье -20	Молоко 200 Печенье 20	Какао на молоке 180 Вафли 20	Кефир слад 180 Слойки 60	Какао на молоке 180 Вафли 50
Ужин	Суп рыбный 200 Хл.пшенич с сыром 25/10 Чай сладкий 200	Суп молочный вермишелевый 200 Кисель 200 Хлеб пшеничный с сыром 25/10	Пирожки с картошкой 100 Винегрет 60 Чай сладкий 200	Рыба поджаренная с омлетом 200 Чай сладкий 180 Хл.пшенич с сыром 25/10	Каша молочная пшеничн 200 Бутерброд с маслом и сыром 25/5/10 Чай сладкий 180	Овощное рагу 200 Чай сладкий 180 Хлеб пшеничный 25	Картофельное пюре с сосисками 150 Чай сладкий 180 Хлеб пш 25/10	Каша ячневая с тушеной рыбой в сметанном соусе 200 Чай сладкий 180 Хлеб пш с сыром 25/10	Суп молочный рисовый 200 Чай сладкий 180 Хл.пшен с сыром -25/10	Твороженный пудинг чай сл 180 хл.пш с сыром- 25/10