

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДОУ (3-7 лет)

1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день
<p style="text-align: center;">ЗАВТРАК</p> <p>Макаронны, запеченные с сыром 200 Масло сливочное 3 Кофейный напиток на сгущенном молоке 200 Хлеб пшеничный 30</p> <p style="text-align: center;">2-й ЗАВТРАК</p> <p>Сок 200</p> <p style="text-align: center;">ОБЕД</p> <p>Икра морковная 60 Суп картофельный с мясными фрикадельками 220 Гуляш из говядины 55/30 Каша гречневая рассыпчатая 150 Компот из кураги 200 Хлеб пшеничный 10 Хлеб ржано- пшеничный 10</p> <p style="text-align: center;">ПОЛДНИК</p> <p>Кисломолочный напиток 180 Пряник заварной 70</p> <p style="text-align: center;">УЖИН</p> <p>Пудинг овощной с молочным соусом 180/40 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржано- пшеничный 40 Груша 100</p>	<p style="text-align: center;">ЗАВТРАК</p> <p>Каша молочная пшеничная жидкая с маслом 209 Молоко кипяченое 200 Сыр твердый 7 Хлеб пшеничный 10</p> <p style="text-align: center;">2-й ЗАВТРАК</p> <p>Апельсин 130</p> <p style="text-align: center;">ОБЕД</p> <p>Огурцы свежие 60 Суп из овощей с мясом, со сметаной 200 Рыба, тушенная в томате с овощами 70 Картофельное пюре 120 Кисель плодово- ягодный 180 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржано- пшеничный 40</p> <p style="text-align: center;">ПОЛДНИК</p> <p>Кисломолочный напиток 180 Пирожок из бездрожжевого теста с капустой 70</p> <p style="text-align: center;">УЖИН</p> <p>Морковь, тушенная с яблоками 100 Вареники ленивые 135 Чай с лимоном 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано- пшеничный 10</p>	<p style="text-align: center;">ЗАВТРАК</p> <p>Суп молочный с макаронными изделиями 200 Масло сливочное 3 Сыр твердый 7 Чай с молоком 200 Хлеб пшеничный 40</p> <p style="text-align: center;">2-й ЗАВТРАК</p> <p>Сок 200</p> <p style="text-align: center;">ОБЕД</p> <p>Икра свекольная 60 Рассольник ленинградский с мясом, со сметаной 200 Суфле из кур 70 Рагу из овощей с кабачками 120 Напиток витаминный 150 Хлеб пшеничный 10 Хлеб ржано- пшеничный 10</p> <p style="text-align: center;">ПОЛДНИК</p> <p>Кисломолочный напиток 180 Ватрушка с творогом 70</p> <p style="text-align: center;">УЖИН</p> <p>Рыба, запеченная с картофелем, по- русски 200 Молоко кипяченое 200 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано- пшеничный 40 Яблоко 100</p>	<p style="text-align: center;">ЗАВТРАК</p> <p>Каша пшеничная молочная жидкая с маслом 209 Сыр твердый 7 Кофейный напиток с молоком 200 Хлеб пшеничный 40</p> <p style="text-align: center;">2й ЗАВТРАК</p> <p>Груша 140</p> <p style="text-align: center;">ОБЕД</p> <p>Помидоры свежие 60 Свекольник с мясом, со сметаной 200 Колбасные изделия отварные 69 Капуста тушенная 120 Компот из смеси сухофруктов 200 Хлеб пшеничный 10 Хлеб ржано- пшеничный 20</p> <p style="text-align: center;">ПОЛДНИК</p> <p>Кисломолочный напиток 180 Оладьи с сахаром 77</p> <p style="text-align: center;">УЖИН</p> <p>Морковь, тушенная с курагой 80 Запеканка из творога с соусом молочным сладким 135/40 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано- пшеничный 30</p>	<p style="text-align: center;">ЗАВТРАК</p> <p>Каша манная молочная жидкая с маслом 209 Какао с молоком 200 Повидло яблочное 5 Хлеб пшеничный с железом 50</p> <p style="text-align: center;">2-й ЗАВТРАК</p> <p>Кисломолочный напиток 200</p> <p style="text-align: center;">ОБЕД</p> <p>Маринад овощной с томатом 60 Суп из овощей с мясом, со сметаной 200 Жаркое по- домашнему 180 Кисель плодово- ягодный 180 Хлеб пшеничный с железом 10 Хлеб ржано- пшеничный 20</p> <p style="text-align: center;">ПОЛДНИК</p> <p>Сок 200 Печенье 50 Яблоко 100</p> <p style="text-align: center;">УЖИН</p> <p>Фрикадельки рыбные 60 Запеканка овощная 200 Чай с лимоном 200 Хлеб пшеничный с железом 30 Хлеб ржано- пшеничный 30</p>

6-й день**7-й день****8-й день****9-й день****10-й день****ЗАВТРАК**

Каша молочная
кукурузная жидкая с
маслом 209
Сыр твердый 7
Чай с молоком 200
Хлеб пшеничный 30

2-й ЗАВТРАК

Сок 200

ОБЕД

Икра свекольная 60
Суп картофельный с
бобовыми и мясом 200
Тефтели из говядины
в томатном соусе 100
Картофельное
пюре 120
Компот из изюма 200
Хлеб пшеничный 20
Хлеб ржано-
пшеничный 20

ПОЛДНИК

Кисломолочный
напиток 180
Пряник заварной 70

УЖИН

Голубцы овощные с
молочным соусом 220
Молоко кипяченое
200
Хлеб пшеничный 20
Хлеб ржано-
пшеничный 30
Яблоко 100

ЗАВТРАК

Запеканка морковная
с творогом со
сгущенным молоком
200/30
Кофейный напиток с
молоком 200
Масло сливочное 3
Хлеб пшеничный 10

2-й ЗАВТРАК

Груша 140

ОБЕД

Огурцы свежие 60
Суп-пюре из разных
овощей с мясом 200
Рыба, припущенная в
молоке 70
Рис отварной 150
Кисель плодово-
ягодный 180
Хлеб пшеничный 40
Хлеб ржано-
пшеничный 30

ПОЛДНИК

Кисломолочный
напиток 180
Пирожок печеный с
капустой 70

УЖИН

Кнели из говядины 70
Кабачки и цветная
капуста, запеченные
под молочным соусом
150
Чай с лимоном 200
Хлеб пшеничный 30
Хлеб ржано-
пшеничный 20

ЗАВТРАК

Омлет с зеленым
горошком 200
Масло сливочное 3
Чай с сахаром 200
Хлеб пшеничный 30

2-й ЗАВТРАК

Сок 200

ОБЕД

Сельдь с луком 33/17
Борщ с капустой и
картофелем, с мясом,
со сметаной 200
Котлета куриная
припущенная 70
Картофель отварной
120
Напиток витаминный
150
Хлеб пшеничный 10
Хлеб ржано-
пшеничный 20

ПОЛДНИК

Кисломолочный
напиток 180
Запеканка пшеничная со
свежими плодами 80
Соус фруктовый из
кураги 30

УЖИН

Овощи, припущенные
в молочном соусе 200
Молоко кипяченое
200
Хлеб пшеничный 30
Хлеб ржано-
пшеничный 30

ЗАВТРАК

Каша «Дружба» с
маслом 209
Сыр твердый 7
Какао с молоком 200
Хлеб пшеничный 30

2-й ЗАВТРАК

Апельсин 130

ОБЕД

Помидоры свежие 60
Суп крестьянский с
крупой, мясом, со
сметаной 200
Запеканка
картофельная с
печенью 200
Компот из плодов
шиповника 180
Хлеб пшеничный 20
Хлеб ржано-
пшеничный 30

ПОЛДНИК

Кисломолочный
напиток 180
Макаронник 100
Соус молочный
сладкий 30

УЖИН

Маринад овощной с
томатом 120
Рыба, запеченная в
омлете 90
Чай с молоком 200
Хлеб пшеничный 30
Хлеб ржано-
пшеничный 20

ЗАВТРАК

Крупеник из гречневой
крупы 200
Повидло яблочное 5
Кофейный напиток с
молоком 200
Хлеб пшеничный с
железом 20

2-й ЗАВТРАК

Кисломолочный
напиток 200

ОБЕД

Морковь в молочном
соусе с зеленым
горошком 60
Суп картофельный с
рыбой 200
Биточки из говядины 70
Капуста тушеная 120
Кисель плодово-
ягодный 200
Хлеб пшеничный с
железом 10
Хлеб ржано-пшеничный
20

ПОЛДНИК

Напиток
витаминный 150
Булочка «Розовая» 70

УЖИН

Огурцы свежие 60
Картофель, тушеный с
луком 180
Чай с лимоном 200
Хлеб пшеничный с
железом 30
Хлеб ржано-пшеничный
30