

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ №5 «Калинка»
 Глехусеж М.А.



Первая неделя 1-5 день

Завтрак	2-й завтрак	Обед	Полдник	Ужин
Омлет 70/90 Икра кабачковая 40/60 Кофейный напиток 150/200 Хлеб с маслом, сыр 20/30/5/10/8/12	Сок 100/100	Суп полевой 150/200 Котлета 60/70 Пюре 120/150 Салат из соленых огурцов 40/60 Компот 150/200 Хлеб ржаной 40/50 Хлеб пшеничный 20/20	Кефир 150/180 Печенье 24/40 Яблоки 98/100	Рыба тушеная с овощами 60/70 Каша пшеничная 120/150 Кукуруза консервированная 40/60 Чай с лимоном 150/180 Хлеб пшеничный 20/30
Суп молочный рисовый 150/200 Чай с лимоном 150/200 Хлеб с маслом 20/30/5/10	Сок 100/100	Суп лапша 150/200 Котлета 60/70 Капуста тушеная 120/150 Компот 150/200 Хлеб ржаной 40/50 Хлеб пшеничный 20/20	Ряженка 150/180 Хлеб с повидлом 20/30/10 Банан 95/100	Вареники ленивые с подливой 100/120/50 Какао 150/180
Суп молочный гречневый 150/200 Кофейный напиток 150/200 Хлеб с маслом, сыр 20/30/5/10/8/12	Сок 100/100	Суп гороховый 150/200 Плов из птицы 180/220 Салат из свежесы 40/60 Компот 150/200 Хлеб ржаной 40/50 Хлеб пшеничный 20/20	Кефир 150/180 Булочка с изюмом 40/50 Апельсин 95/100	Котлета рыбная 60/70 Пюре 120/150 Салат из зеленого горошка 40/60 Чай с лимоном 150/180 Хлеб пшеничный 20/30
Каша пшеничная молочная 150/200 Чай с лимоном 150/200 Хлеб с маслом 20/30/5/10	Сок 100/100	Борщ 150/200 Тефтели мясные 70/80 Пюре 120/150 Салат из капусты квашеной 40/60 Компот 150/200 Хлеб ржаной 40/50 Хлеб пшеничный 20/20	Ряженка 150/180 Вафли 24/40 Яблоко 95/100	Запеканка творожная с подливой 100/120/50 Какао 150/180 Хлеб пшеничный 20/30
Каша манная 150/200 Кофейный напиток 150/200 Хлеб с маслом, сыр 20/30/5/10/8/12	Сок 100/100	Суп харчо 150/200 Котлета 60/70 Каша гречневая 120/150 Салат из соленых огурцов 40/60 Компот 150/200 Хлеб ржаной 40/50 Хлеб пшеничный 20/20	Кефир 150/180 Хлеб с повидлом 20/30/10 Апельсин 95/100	Яйцо вареное 40/40 Макаронные отварные 120/150 Кукуруза консервированная 40/60 Чай с лимоном 150/180 Хлеб пшеничный 20/30

Вторая неделя 6-10 день

Завтрак	2-й завтрак	Обед	Полдник	Ужин
Омлет 70/90 Икра кабачковая 40/60 Кофейный напиток 150/200 Хлеб с маслом, сыр 20/30/5/10/8/12	Сок 100/100	Суп рассольник 150/200 Жаркое по-домашнему 180/220 Салат из соленых огурцов 40/60 Компот 150/200 Хлеб ржаной 40/50 Хлеб пшеничный 20/20	Кефир 150/180 Печенье 24/40 Яблоко 95/100	Шницель рыбный 60/70 Каша пшеничная 120/150 Салат из зеленого горошка 40/60 Чай с лимоном 150/180 Хлеб пшеничный 20/30
Каша рисовая молочная 150/200 Чай с лимоном 150/200 Хлеб с маслом 20/30/5/10	Сок 100/100	Борщ 150/200 Шницель мясной 60/70 Макаронные отварные 120/150 Салат из свеклы 40/60 Компот 150/200 Хлеб ржаной 40/50 Хлеб пшеничный 20/20	Ряженка 150/180 Хлеб с повидлом 20/30/10 Банан 95/100	Вареники ленивые с подливой 100/120/50 Какао 150/180
Суп молочный с макаронами 150/200 Кофейный напиток 150/200 Хлеб с маслом, сыр 20/30/5/10/8/12	Сок 100/100	Суп с гречками 150/200 Птица отварная 60/70 Каша гречневая с подливой 120/150 Салат из капусты квашеной 40/60 Компот 150/200 Хлеб ржаной 40/50 Хлеб пшеничный 20/20	Кефир 150/180 Пирожок с повидлом 40/50 Яблоко 95/100	Рыба соленая (сельдь) 60/70 Пюре 120/150 Яйцо вареное ½ 20/20 Кукуруза консервированная 40/60 Чай с лимоном 150/180 Хлеб пшеничный 20/30
Каша «Неженка» молочная 150/200 Чай с лимоном 150/200 Хлеб с маслом 20/30/5/10	Сок 100/100	Суп рыбный 150/200 Котлета 60/70 Капуста тушенная 120/150 Компот 150/200 Хлеб ржаной 40/50 Хлеб пшеничный 20/20	Ряженка 150/180 Зефир 24/40 Апельсин 95/100	Запеканка творожная с подливой 100/120/50 Какао 150/180 Хлеб пшеничный 20/30
Каша «Геркулес» молочная 150/200 Кофейный напиток 150/200 Хлеб с маслом, сыр 20/30/5/10/8/12	Сок 100/100	Борщ 150/200 Тефтели мясные 70/80 Пюре картофельное 120/150 Салат из соленых огурцов 40/60 Компот 150/200 Хлеб ржаной 40/50 Хлеб пшеничный 20/20	Кефир 150/180 Хлеб с повидлом 20/30/10 Яблоко 95/100	Омлет 70/90 Салат из зеленого горошка 40/60 Чай с лимоном 150/180 Хлеб пшеничный 20/30