

Заведующего МБДОУ «Детский сад «Лучик» с. Пионерское»

О.Ю. Ершова

Основное организационное меню на весенне-летний период от 15 до 3 лет

	Понедельник 1 нед	Вторник 1 нед	Среда 1 нед	Четверг 1 нед	Пятница 1 нед
Завтрак	Суп молочный овсяный /150 Чай с сахаром/ 150 Бутерброд с маслом/ 20/5 г	Суп молочный пшеничный / 150 г Чай с лимоном/ 150 г Бутерброд с сыром 20/5/10 г	Суп молочный гречневый/ 150 г Чай с сахаром/ 150 г Бутерброд с маслом 20/5 г	Суп молочный с макаронными изделиями/ 150 г Чай с лимоном/ 150 г Бутерброд с маслом 20/5 г	Суп молочный манный / 150 г Чай с сахаром/ 150 г Бутерброд с джемом 20/5/10 г
2 завтрак	Сок фруктовый/ 150 г Печень/ 30 г	Яблоки/ 100 г	Йогурт питьевой/ 150 г Печень/ 30 г	Бананы/ 100 г	Сок фруктовый/ 150 г Печень/ 30 г
Обед	Суп гороховый на м/б/ 150 г Рыба припущенная с маслом/ 60 г Каша рисовая с овощами/120 г Салат из свежей капусты и моркови / 40 г Компот из сухофруктов/ 150 г Хлеб пшеничный/ 20 г Хлеб ржаной/ 30 г	Щи на м/б с фасолью/ 150 г Жаркое по-домашнему/ 170 г Кисель из сухофруктов/ 150 г Хлеб пшеничный/ 20 г Хлеб ржаной/ 30 г	Суп с макаронными изделиями на м/б/ 150 г Птица тушеная с овощами/ 150 г Огурцы свежие/соленые/ 30 Напиток из плодов шиповника/ 150 г Хлеб пшеничный/ 20 г Хлеб ржаной/ 30 г	Борщ на м/б/ 150 г Плов с курицей/ 160 г Огурцы свежие/соленые/ 30 г Сок натуральный/ 150 г Хлеб пшеничный/ 20 г Хлеб ржаной/ 30 г	Суп рисовый на м/б/ 150 г Печень тушеная в сметанном соусе/ 60 г Макароны отварные/ 110 г Салат из свежей капусты и моркови / 40 г Компот из свежих яблок/ 150 г Хлеб пшеничный/ 20 г Хлеб ржаной/ 30 г
Полдник	Булочка Творожная/ 45 г Чай с сахаром/ 150 г	Омлет натуральный/ 60 г Икра кабачковая/ 30 г Чай с сахаром/ 150 г Хлеб пшеничный/ 20 г	Запеканка творожная/ 50 г Какао с молоком/ 150 г	Кекс морковный с изюмом/ 50 г Чай с сахаром/ 150 г	Яблоки запеченный с творогом и изюмом/ 80 г Чай с сахаром/ 150 г

	Понедельник 2 нед	Вторник 2 нед	Среда 2 нед	Четверг 2 нед	Пятница 2 нед
Завтрак	Суп молочный манный/ 150 г Чай с сахаром/ 150 г Бутерброд с джемом 20/5/10 г	Суп молочный овсяный/ 150 г Чай с сахаром и лимоном/ 150 г Бутерброд с сыром 20/5/10 г	Суп молочный с макаронными изделиями/ 150 г Бутерброд с маслом 20/5 г Чай с лимоном/ 150 г	Суп молочный с пшеничной крупой/ 150 г Чай с лимоном/ 150 г Бутерброд с маслом 20/5 г	Суп молочный гречневый/ 150 г Чай с сахаром/ 150 г Бутерброд с маслом и сыром 20/5/10 г
2 завтрак	Сок фруктовый/ 150 г Печенье/ 30 г	Яблоки/ 100 г	Йогурт/ 150 г Печенье / 30 г	Яблоки/ 100 г	Йогурт/ 150 г Печенье/ 30 г
Обед	Борщ с картофелем на м/б/ 150 г Пюре картофельное/ 120 г Рыба тушеная с овощами/ 60 г Салат из свежей капусты и моркови/ 40 г Напиток из плодов шиповника/ 150 г Хлеб пшеничный/ 20 г Хлеб ржаной/ 30 г	Суп гороховый на м/б/ 150 г Котлета говяжья/ 60 г Гречневая каша/ 100 г Салат из свеклы/ 40 г Кисель из сушеных фруктов/ 150 г Хлеб пшеничный/ 20 г Хлеб ржаной/ 30 г	Щи на м/б с фасолью /150 г Плов с курицей /160 г Огурцы свежие/солёные/ 30 г Компот из свежих яблок / 150 г Хлеб пшеничный/ 20 г Хлеб ржаной/ 30 г	Борщ на м/б/ 150 г Птица тушеная с овощами/ 150 г Огурцы свежие/солёные/ 50 г Сок натуральный/ 150 г Хлеб пшеничный/ 20 г Хлеб ржаной/ 30 г	Суп картофельный с макаронными изделиями/ 150 г Тефтели мясные/ 60 г Пюре картофельный / 120 г Салат из свежей капусты и моркови /40 г Напиток из плодов шиповника/ 150 г Хлеб пшеничный/ 20 г Хлеб ржаной/ 30 г
Полдник	Яблоки запеченный с творогом и изюмом/ 80 г Чай с сахаром/ 150 г	Булочка Веснушка/ 45 г Молоко кипяченое/ 150 г	Запеканка творожная/ 50 г Чай с сахаром/ 150 г	Омлет натуральный/ 60 г Икра кабачковая/ 30 г Чай с сахаром/ 150 г	Булочка Творожная/ 45 г Чай с сахаром/ 150 г

Основное организационное меню на весенне-летний период от 3 до 8 лет

	Понедельник 1 нед	Вторник 1 нед	Среда 1 нед	Четверг 1 нед	Пятница 1 нед
Завтрак	Суп молочный овсяный /180 г Чай с сахаром/ 180 г Бутерброд с маслом/ 30/5 г	Суп молочный пшеничный / 180 г Чай с лимоном/ 180г Бутерброд с сыром 30/5/10 г	Суп молочный гречневый/ 180 г Чай с сахаром/ 180 г Бутерброд с маслом 30/5 г	Суп молочный с макаронами / 180 г Чай с лимоном/ 180 г Бутерброд с маслом 30/5 г	Суп молочный маняный/ 180 г Чай с сахаром / 180 г Бутерброд с джемом 30/5/10 г
2 завтрак	Сок фруктовый/ 150 г Печенье/ 30 г	Яблоко/ 100 г	Йогурт питьевой/ 150 г Печенье /30 г	Бананы/ 100 г	Сок фруктовый/ 150 г Печенье/ 30 г
Обед	Суп гороховый на м/б/ 180 г Рыба припущенная с маслом/ 80 г Каша рисовая с овощами/150 г Салат из свежей капусты и моркови /60 г Компот из сухофруктов/ 180 г Хлеб пшеничный/ 30 г Хлеб ржаной/ 40 г	Щи на м/б с фасолью /180 г Жаркое по-домашнему /220 г Кисель из сухофруктов/ 180 г Хлеб пшеничный / 30 г Хлеб ржаной/ 40 г	Суп с макаронными изделиями на м/б/ 180 г Птица тушеная с овощами /180 г Огурцы свежие/соленые / 50 г Напиток из плодов шиповника / 180 г Хлеб пшеничный/ 30 г Хлеб ржаной / 40 г	Борщ на м/б/ 180 г Плов с курицей / 180 г Огурцы свежие/соленые/ 50 г Сок натуральный/ 180 г Хлеб пшеничный/ 30 г Хлеб ржаной/ 40 г	Суп рисовый на м/б / 180 г Печенье тушеная в сметанном соусе/ 80 г Макаронны отварные/ 130 г Салат со свежей капустой / 60 г Компот из свежих яблок/ 180 г Хлеб пшеничный/ 30 г Хлеб ржаной/ 40 г
Полдник	Булочка Творожная 45 Чай с сахаром/ 180 г	Омлет натуральный/ 80 г Икра кабачковая/ 50 г Чай с сахаром/ 180 г Хлеб пшеничный/ 20 г	Запеканка творожная/ 100 г Какао с молоком/ 180 г	Кекс морковный с изюмом/ 50 г Чай с сахаром/ 180 г	Яблоко запеченный с творогом и изюмом/ 80 г Чай с сахаром/ 180 г



	Понедельник 2 нед	Вторник 2 нед	Среда 2 нед	Четверг 2 нед	Пятница 2 нед
Завтрак	Суп молочный манный/ 180 г Чай с сахаром/ 180 г Бутерброд с джемом 30/5/10 г	Суп молочный овсяный/ 180 г Чай с сахаром и лимоном /180 г Бутерброд с сыром 30/5/10 г	Суп молочный с макаронными изделиями/ 180 г Бутерброд с маслом 30/5 г Чай с лимоном / 180 г	Суп молочный с пшениной крупой/ 180 г Чай с лимоном/ 180 г Бутерброд с маслом 30/5 г	Суп молочный гречневый/ 180 г Чай с сахаром/ 180 г Бутерброд с маслом и сыром 30/5/10 г
2 завтрак	Сок фруктовый/ 150 г Печенье/ 30 г	Яблоки /100 г	Йогурт / 150 г Печенье/ 30 г	Яблоки / 100 г	Йогурт/ 150 г Печенье/ 30 г
Обед	Борщ с картофелем на м/б/ 180 г Пюре картофельное/ 150 г Рыба тушеная с овощами/ 80 г Салат из свежей капусты и моркови/ 60 г Напиток из плодов шиповника/ 180 г Хлеб пшеничный/ 30 г Хлеб ржаной/ 40 г	Суп гороховый на м/б / 180 г Котлета говяжья /80 г Гречневая каша/ 120 г Салат из свежкы / 60 г Кисель из сушеных фруктов/ 180 г Хлеб пшеничный/ 30 г Хлеб ржаной/ 40 г	Ци на м/б с фасолью /180 г Плов с курицей /210 г Огурцы свежие/соленые/ 50 г Компот из свежих яблок/ 180 г Хлеб пшеничный/ 30 г Хлеб ржаной/ 40 г	Борщ на м/б/ 180 г Прица тушеная с овощами/ 180 г Огурцы свежие/соленые/ 50 г Сок натуральный/ 180 г Хлеб пшеничный/ 30 г Хлеб ржаной/ 40 г	Суп с макаронными изделиями/ 180 г Тефтели мясные/ 80 г Пюре картофельный/ 150 г Салат из капусты и моркови/ 60 г Напиток из плодов шиповника / 180 г Хлеб пшеничный/ 30 г Хлеб ржаной/ 40 г
Полдник	Яблоки запеченный с творогом и изюмом/ 80 г Чай с сахаром/ 180 г	Булочка Веснушка/ 45 г Молоко кипяченое/ 180 г	Запеканка творожная/ 100 г Чай с сахаром/ 180 г	Омлет натуральный/ 80 г Икра кабачковая/ 50 г Чай с сахаром/ 180 г	Булочка Творожная/ 45 г Чай с сахаром/ 180 г