

**ПРИМЕРНОЕ 10-дневное МЕНЮ на "Осенне -зимний "период МБДОУ ДС №22 "ГОЛУБОК" г.Туапсе
для детей с 1,5 до 8 лет с 10,5 -часовым пребыванием**

**Утверждаю Заведующий МБДОУ № 22 "Голубок" г.Туапсе
приказ № 236 от 16 сентября 2024 года
О.Н.Щелкунова**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Яйцо отварное 1/1икра кабачковая20/40	Каша молочная пшениная 150/180	Каша молочная геркулесовая 150/180	Каша молочная Дружба 150/200	Каша молочная манная 150/180	Омлет зеленый горошек 65/75,20/30	Каша молочная геркулесовая 150/180	Каша молочная гречневая 150/180	Каша молочная манная 150/180	Каша молочная рисовая 150/180/Филе сельди с луком 4 неделя
Хлеб с маслом 20/4 20/5	Хлеб с маслом 20/4 20/5	Хлеб с маслом 20/4 20/5	Хлеб с сыром 20/6 20/7	Хлеб с маслом 20/4 30/5	Хлеб с маслом 20/4 30/5	Хлеб с повидлом20/10 20/12	Хлеб с сыром 20/6 20/7	Хлеб с маслом 20/4 30/5	Хлеб с сыром 20/6 20/7
Чай с сахаром 150/180	Какао с молоком 150/180	Кофейный напиток 150/180	Чай с молоком 150/180	Кофейный напиток 150/180	Чай с сахаром 150/180	Какао с молоком 150/180	Кофейный напиток 150/180	Какао с молоком 150/180	Кофейный напиток 150/180
Фрукты 95/100	Сок кондитер150/180 20/25	Сок 150/180	Фрукты 95/100	Сок кондит150/180 20/25	Сок 150/180	Фрукты 95/100 кондит30/30	Фрукты 95/100	Сок фрукты 150/180 95/100	Фрукты 95/100 кондит35/35
Овощи сезон. 20/40	Салат "Свеколка" 20/30	Овощи сезон. 20/40		Салат из овощей 30/50	Салат из овощей 40/60	Салат из овощей 30/50	Винегрет овощной40/60	Салат из овощей 30/50	Салат из зеленого горошек с огур30/50
Суп гороховый с гренками 150/5,180/5	Суп с клецками 180/200	Борщ со сметаной 180/200,5/5	Суп рыбный150/180	Свекольник со сметаной 180/5,200/5	Суп лохматый со сметаной 180/5/200/5	Борщ со сметаной 180/200,5/5	Суп с рисом 180/200	Суп с макаронами с мясом(куры) 150/180,15/15	Свекольник со сметаной 180/200/5/5
Рагу овощное с мясом кур120/150	Котлета рыбная (суфле рыбное) 50/70	Запеканка картофельная с печенью110/150	Котлета рыбная (суфле рыбное) 50/70	Котлета мясная 50/70	Биточки мясная 50/70	Печень по строгановски 60/70	Котлета рыбная (суфле рыбное) 50/70	Плов из мяса кур120/150	Котлета мясная 50/70
	Рис отварной с овощами 90/100		Картофельное пюре80/100	Макароны с маслом 65/ 75	Рис отварной с овощами 90/100	Каша гречневая с овощами 90/110	Картофельное пюре80/100		Макароны с маслом 65/ 75
Компот из свежих яблок150/180	Компот150/180	Компот150/180	Лимонный напиток150/180	Компот из свежих яблок150/180	Компот из свежих яблок150/180	Компот из свежих яблок150/180	Компот150180	Кисель150/180	Компот из свежих яблок150/180
Хлеб пшен и ржан 25/30	Хлеб пшен и ржан 25/30	Хлеб пшен и ржан 25/30	Хлеб пшен и ржан 25/30	Хлеб пшен и ржан 25/30	Хлеб пшен и ржан 25/30	Хлеб пшен и ржан 25/30	Хлеб пшен и ржан 25/30	Хлеб пшен и ржан 25/30	Хлеб пшен и ржан 25/30
Запеканка творожная с повидлом 60/70/10/10	Макароны с маслом и сыром 65/ 75 6/7	Булочка 50/70	Омлет зеленый горошек 65/75,20/30	Запеканка творожная с повидлом 60/70/10/10	Творожная запеканка с повидлом 60/10,70/10	Булочка 50/70	Вареники ленивые с маслом 60/80	Яйцо отварное 1/1икра кабачковая 20/40	Ватрушка с творогом 90/110
Снежок (ряженка,кефир) 150/180	Чай с сахаром 150/180	Молоко кипяченое 150/180	Какао с молоком 150/180	Кефир (ряженка,снежок) 150/180	Чай с сахаром 150/180	Молоко кипяченое 150/180	Чай с сахаром 150/180	Чай с сахаром 150/180	Кефир (ряженка,снежок) 150/180

