

**Меню детского сада
дошкольного возраста по новому Сан ПиНу.
Осенне - зимний - весенний период.**



<p>Понедельник 1 день Завтрак: Отварное яйцо 9 Икра кабачковая Чай 262 Повидло Хлеб пшеничный Кефир 10 :00 Обед: Салат из квашеной капусты 7 Свекольник со сметаной 34 Тефтели в том . соусе 174 Каша гречневая 194 Компот из с/ф Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Булочка домашняя 116 Какао 248</p>	<p>Вторник 2 день Завтрак: Сыр Суп молочный мак.изд. 43 Печенье Кофейный напиток 253 Хлеб пшеничный Фрукты 10:00 Обед: Огурец солёный Суп гороховый 36 Котлета рыбная 135 Картофельное пюре 206 Сок фруктовый / овощной Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Маннйй тортик 320 Молоко кипячённое 255</p>	<p>Среда 3 день Завтрак: Суп молочный маннйй 43 Кипячённое молоко Хлеб пшеничный Фрукты 10:00 Обед : Салат из кв. капусты и сол. помидор Суп клёцки 37 Биточек Мак.изд. отварные 194 Компот из с/ф 241 Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Ватрушка Кефир</p>	<p>Четверг 4 день Завтрак: Сыр Суп молочный ячневый 43 Кофейный напиток 253 Хлеб пшеничный Фрукты 10:00 Обед: Огурец солёный Суп лапша с птицей 47 Яйцо отварное 9 Капуста тушённая 200 Чай 262 Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Сырник Йогурт</p>	<p>Пятница 5 день Завтрак: Сельдь Картофельное пюре Сок Хлеб пшеничный Фрукты 10:00 Обед: Сол.огурец Суп рисовый с томатом 150 Птица отварная 487 Рагу овощное 77 Кисель Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Повидло Кофейный напиток 253 Капуста тушённая 200 Хлеб пшеничный</p>
<p>Понедельник 6 день Завтрак: Сол. огурец Яйцо отварное 34 Картофель тушённый 216 Печенье Чай Хлеб пшеничный Йогурт 10:00 Обед: Солёный помидор Суп картофельный перловый 138 Сосиска отварная 413 Соус 228 Мак. изделия отварные 194 Сок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Ленивые вареники 116 Кипячённое молоко 255</p>	<p>Вторник 7 день Завтрак: Суп молочный геркулесовый 43 Кофейный напиток 253 Хлеб пшеничный Фрукты 10:00 Обед: Салат из зелёных помидор и зел. горошка 17 Борщ со сметаной 289 Гуляш из говядины 152 Картофельное пюре 206 Сок фруктовый / овощной Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Рагу овощное 77 Кисель 236 Хлеб пшеничный</p>	<p>Среда 8 день Завтрак: Каша рисовая с яблоками 97 Кофейный напиток 253 Зефир Хлеб пшеничный Фрукты 10:00 Обед: Солёный помидор Суп овощной 41 Отварное яйцо 9 Картофельное пюре 206 Голубцы ленивые 150 Чай 262 Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Запеканка творожная 117 Кефир</p>	<p>Четверг 9 день Завтрак: Икра свекольная 88 Рыба в сметанном соусе 143 Кисель 233 Хлеб пшеничный Сок 10:00 Обед: Салат из солёных помидор и зелёного горошка Борщ 27 Печень по строгоновски 162 Каша пшеничная 188 Компот из с/ф 241 Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Кулебяка Йогурт</p>	<p>Пятница 10 день Завтрак: Огурец солёный Рыба тушённая с овощами 144 Картофельное пюре 206 Чай Хлеб пшеничный Фрукты 10:00 Обед: Икра свекольная Суп с макарон.изд. 38 Плов из птицы 492 Сок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Булочка домашняя 769 Йогурт</p>

Меню детского сада на осенний-зимний-весенний период
ранний возраст по новому сан пину.

*Учительница
Заведующий
Мед. работник
Сайт: www.mkdou.ru*



<p>Понедельник 1 день Завтрак: Отварное яйцо 9 Икра кабачковая Чай 263 Повидло Хлеб пшеничный Кефир 10:00 Обед: Салат из квашеной капусты 7 Свекольник со сметаной Тефтели в том .соусе Каша гречневая 194 Компот из с/ф Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Булочка домашняя Какао 249</p>	<p>Вторник 2 день Завтрак Сыр Суп молочная мак. изд. 43 Печенье Кофейный напиток Хлеб пшеничный Фрукты 10:00 Обед: Солёный огурец Суп гороховый 36 Котлета рыбная любит. 135 Сок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Маняный тортик 320 Молоко кипячёное 255</p>	<p>Завтрак: Суп молочный маняный 43 Кипячёное молоко 255 Хлеб пшеничный фрукты 10:00 Обед: Салат из кв. капусты и сол. пом. Суп клёцки 37 Биточек 161 Макаронные изд. отварные 194 Компот из с/ф 241 Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Ватрушка 289 Кефир</p>	<p>Четверг 4 день Завтрак: Сыр Суп молочный ячневый 43 Кофейный напиток 253 Хлеб пшеничный Фрукты 10:00 Обед: Солёный огурец Суп лапша с птицей 47 Яйцо отварное 9 Картофель тушённый 216 Чай 263 Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Сырник 129 Йогурт</p>	<p>Пятница 5 день Завтрак: Сельдь Картофельное пюре Сок Хлеб пшеничный Фрукты 10:00 Обед: Сол. огурец Суп рисовый с томатом 150 Птица отварная 487 Рагу овощное 77 Кисель Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Повидло Кофейный напиток 253 Капуста тушённая 200 Хлеб пшеничный</p>
<p>Понедельник 6 день Завтрак: Сол.огурец Отварное яйцо Картофельное тушённый Печенье Чай Хлеб пшеничный Йогурт 10:00 Обед: Солёный помидор Суп картофельный перловый 138 Сосиска Соус Мак. изделия отварное 194 Сок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Рагу овощное 77(а) Хлеб пшеничный Йогурт</p>	<p>Вторник 7 день Завтрак: Сыр Суп молочный Геркулесовый 43 Кофейный напиток 253 Хлеб пшеничный Йогурт 10:00 Обед: Салат из зелёных пом. и зел. горош. Борщ 27 Гуляш из говядины 152 Картофельное пюре 206 Сок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Рагу овощное 77 Хлеб пшеничный Кисель</p>	<p>Среда 8 день Завтрак: Каша рисовая с яблоками 97 Кофейный напиток 253 Зефир Хлеб пшеничный Фрукты 10:00 Обед: Солёный помидор Суп овощной 41 Отварное яйцо 9 Голубцы ленивые 150 Картофельное пюре 206 Чай 263 Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Запеканка творожная 117 Кефир</p>	<p>Четверг 9 день Завтрак: Икра свекольная Рыба в сметанном соусе Кисель Хлеб пшеничный Сок 10:00 Обед: Салат из сол. помидор и зел. гор. 20 Борщ 27 Печень по строгоновски 162 Каша пшеничная 188 Компот из с/ф 241 Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Кулебяка 289 Йогурт</p>	<p>Пятница 10 день Завтрак: Сол. огурец Рыба тушённая с овощами 144 Картофельное пюре 206 Чай Хлеб пшеничный Фрукты 10:00 Обед: Икра свекольная Суп с макаронными изд. 38 Плов из птицы 492 Сок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Полдник: Булочка домашняя 274 Йогурт</p>