

Утверждаю

Заведующий МАДОУ ЦРР д/с № 131

_____ Е.А. Филимонова

Первая неделя

	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
ЗАВТРАК	1.Каша вязкая (манная) на сгущенном молоке(203) 2.Чай с сахар.,молок.(180) 3.Бутерброд с маслом(40/5)	1.Каша вязкая (ячневая)(203) 2.Какао с молоком(180) 3.Бутерброд с сыром(40/5/10)	1.Каша вязкая (пшеничная)(203) 2.Кофейный напиток с молоком(180) 3.Бутерброд с маслом, сыром(40/5/10)	1.Каша вязкая смесь(гречка,пшено)(203) 2.Какао с молоком(180) 3.Бутерброд с маслом(40/5)	1.Каша вязкая (пшено)(203) 2.Кофейный напиток с молоком(180) 3.Бутерброд с маслом (40/5)
2-Й ЗАВТРАК	Сок фруктовый(160)	Фрукты свежие(100)	Сок фруктовый (160)	Фрукты свежие(100)	Фрукты свежие(100)
ОБЕД	1.Суп картофельный с крупой с мясом (пшено)(200) 2.Пюре картофельное(130) 3.Оладьи печеночные (80) 4.Компот из суш.фруктов (изюм)(180) 5.Хлеб ржаной(50)	1. Суп щавельный с яйцом с курицей, со сметаной (210) 2.Капуста тушеная(130) 3. Котлета куриная(80) 4.Компот из заморож. ягод(180) 5.Хлеб ржаной(50)	1. Щи из св. кап. на мяс. бул. со сметаной (210) 2.Крупа перловая(130) 3.Гуляш из говядины(80) 4.Помидор свежий (50) 5.Компот из суш. фруктов (изюм)(180) 6.Хлеб ржаной(50)	1.Суп с макаронными изделиями, с курицей (200) 2.Суфле рыбное(80) 3.Пюре картофельное (130) 4. Огурец свежий (50) 5.Компот из суш. фруктов (смесь)(180) 6.Хлеб ржаной(50)	1.Борщ со сметаной на к/б (210) 2.Плов с курицей(210) 3.Салат из свежей капусты (50) 4.Компот из суш. фруктов (смесь)(180) 5.Хлеб ржаной(50)
ПОЛДНИК	1.Кефир(220) 2. Хлеб пшеничный(30)	1.Чай с лимоном (200) 2. Печенье (50)	1.Йогурт питьевой (180) 2.Булочка(80)	1.Кисель из сока(200) 2.Печенье(50)	1.Булочка с повидлом (90) 2.Чай с сахаром (180)
УЖИН	1.Ленивые вареники(120) 2.Молоко сгущенное(30) 3.Чай с сахаром (200) 4.Фрукты свежие (100)	1.Пудинг рыбный запеченный (80) 2.Картофель отварной (120) 3. Огурец свежий (50) 4.Чай с сахаром(180) 5.Хлеб пшеничный(20)	1.Запеканка из творога(120) 2.Соус вишневый (30) 3.Чай сахаром, молоком(200) 4. Хлеб пшеничный(20) 5. Фрукты свежие (100)	1.Яйцо отварное(40) 2.Салат со свежем огурцом (180) 3.Чай с лимоном(200) 4.Хлеб пшеничный(30)	1.Суп молочный с вермишелью (230) 2.Чай с сахаром(200) 3.Хлеб пшеничный(30)

Вторая неделя

	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
ЗАВТРАК	1.Каша вязкая (пшеничная) на сгущенном молоке(203) 2.Чай с сахар.,молок.(180) 3.Бутерброд с маслом(40/5)	1.Каша вязкая (манная)(203) 2.Какао с молоком(180) 3.Бутерброд с маслом и сыром(40/5/10)	1.Каша вязкая (пшено)(203) 2.Кофейный напиток с сахаром(180) 3.Бутерброд с масл.,сыром(40/5/10)	1.Каша вязкая (ячневая) (203) 2.Какао с молоком(180) 3.Бутерброд с маслом(40/5)	1.Каша вязкая (рисовая) (203) 2.Кофейный напиток с молоком(180) 3.Бутерброд с маслом (40/5)
2-Й ЗАВТРАК	Сок фруктовый(160)	Фрукты свежие(100)	Сок фруктовый(160)	Фрукты свежие(100)	Сок фруктовый(160)
ОБЕД	1.Борщ со сметаной, с мясом (210) 2.Макаронотварные(130) 3.Биточки мясные(80) 4.Компот из суш. фруктов (смесь)(180) 5.Хлеб ржаной(50)	1.Уха рыбацкая(200) 2.Голубцы ленивые (190) 3. Соус сметанный (30) 4.Компот из заморожен. ягод(180) 5.Хлеб ржаной(50)	1.Суп с бобовыми с курицей(200) 2.Птица тушеная в соусе с овощами(230) 3. Помидор свежий (50) 4. Компот из суш. фруктов (смесь)(180) 5.Хлеб ржаной(50)	1. Щи из свежей капусты с мясом, со сметаной(210) 2.Рис отварной(130) 3.Рыба с овощами(80) 4. Огурец свежий (50) 5.Компот из суш. фруктов(изюм)180 6.Хлеб ржаной(50)	1. Рассольник ленинградский с курицей, сметаной(210) 2.Котлета мясная(80) 3.Рагу овощное(150) 4.Компот из суш. фруктов (смесь)(180) 5.Хлеб ржаной(50)
ПОЛДНИК	1.Молоко кипяченое(200) 2.Печенье(50)	1.Чай с лимоном(200) 2.Зефир(50)	1.Кефир(220) 2.Хлеб пшеничный(30)	1.Чай с сахаром(200) 2.Повидло(20) 3.Хлеб пшеничный(30)	1.Булочка домашняя(80) 2.Кисель из сока(180)
УЖИН	1.Пудинг из творога запеченный(120) 2.Соус вишневый (30) 3.Чай с лимоном(200) 4. Фрукты свежие (100)	1.Омлет(80) 2. Салат из свежей капусты (130) 3.Чай с сахаром(200) 4. Хлеб пшеничный(40)	1.Сырники творожные(120) 2. Молоко сгущенное(30) 3.Чай с сахар., молоко.(200) 4. Фрукты свежие (100)	1.Печень-по строгоновски(100) 2. Гречка отварная(130) 3.Чай с лимоном(200) 4. Хлеб ржаной (20)	1.Суп молочный с вермишелью(230) 2.Чай с сахаром(200) 3.Хлеб пшеничный(20)