

ПЛАН-МЕНЮ

весенне-летний период

МБДОУ "детский сад "Умка" с 8 -10,5 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7лет)

2-я неделя / 1. понедельник

2-я неделя / 2. вторник

2-я неделя / 3. среда

2-я неделя / 4. четверг

2-я неделя / 5. пятница

завтрак

1	Каша молочная "Дружба"	150	Каша овсяная "Геркулесовая" жидкая	200	Каша молочная манная с маслом	200/4	Каша молочная пшениая (Жидкая)	180	Каша молочная рисовая	180
2	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	Сыр	7	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7
3	Сыр	7	Кофейный напиток с молоком	180	Чай с молоком	150	Какао с молоком	150	Сыр	7
4	Какао с молоком	180	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Кофейный напиток с молоком	180
5	Хлеб пшеничный	40			Масло сливочное	7			Хлеб пшеничный	40

2ой завтрак

1	Сок фруктовый	180	Яблоки	120	Сок фруктовый	180	Груши	120	Сок фруктовый	180
---	---------------	-----	--------	-----	---------------	-----	-------	-----	---------------	-----

обед

1	Огурец свежий порционно	60	Суп крестьянский с пшеном и зеленью	200	Икра тыквенная	60	Салат из свежих пом.и огурцов	60	Помидор свежий порционно	60
2	Суп гороховый с гренками	200	Бефстроганов	50/50	Щи из свежей капусты с мясными фрикадельками и сметаной	200/30/8	Суп картофельный с клецками	200	Борщ со сметаной	200
3	Рыба отварная под маринадом	60/60	Каша гречневая	130	Котлета из птицы	80	Пудинг из говядины	50	Рулет мясной с луком и яйцом	70
4	Картофельное пюре	130	Компот из кураги	180	Картофельное пюре	130	Рагу из овощей	120	Макароны отварные	130
5	Компот из чернослива	180	Хлеб ржаной	37	Компот из свежих яблок	180	Кисель плодоягодный	180	Компот из сухофруктов	180
6	Хлеб ржаной	37			Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37

полдник

1	Запеканка творожная	100	Оладьи с повидлом	100/15	Сырники с соусом сметанным сладким	100/20	Омлет натуральный	130	Запеканка овощная	100
2	Чай с сахаром	140	Кефир	180	Йогурт	150	Ряженка	180	Чай с лимоном	180/6
3	Пирожок с капустой	50					Хлеб пшеничный	40	Ватрушка с творогом	65