

МДОУ "Детский сад №212"



Основное (организованное) меню на Летне-осенний сезон (Сад)

1 неделя

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Масло (порциями) Макаронь отварные с сыром Каша гречневая рас. с раст/м Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Салат из св.огурцов Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный Хлебцы Хлеб ржаной	Масло (порциями) Суп мол.с геркул.кр. Каша ячневая рас. со сл/м Каша гречневая рас. с раст/м Пюре картофельное с раст/м Рис отварной с раст/м Салат из белокочанной капусты Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлебцы	Масло (порциями) Суп мол. с рис.кр. Плов фруктовый. Рис отварной с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Пюре картофельное с раст/м Огурец свежий Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлебцы	Масло (порциями) Сыр (порциями) Омлет натуральный Икра кабачковая для детского пит. Каша пшеничн рас. со сл/м Каша гречневая рас. с раст/м Пюре картофельное с раст/м Рис отварной с раст/м Салат из св.огурцов Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлебцы	Масло (порциями) Сыр (порциями) Куры отварные Говядина отв мол Индейка отв молот Макар.изделия со сл/м Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлебцы
Завтрак2	Яблоки свежие Ряженка	Яблоки свежие Йогурт	Яблоки свежие слива	Яблоки свежие Груши свежие	Яблоки свежие Сок фруктовый
Обед	Борщ с капустой и картофелем (сл.м.) Щи из свежей капусты с картофелем б/том,б/мор. Суп с рисовой крупой б/л б/кар Суп карт. б/л и б/м. Плов из отв.говядины Говядина тушеная б/соуса Индейка тушеная б/соуса Рис отварной с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Пюре картофельное с раст/м Огурец свежий помидор свежий Компот из сушеных фруктов Компот из сушеных фруктов без сахара. Чай с сахаром Хлеб пшеничный к обеду Хлеб ржаной к обеду Хлебцы	Суп карт.с горохом луценым (сл/м) Суп карт.с пшенной крупой б/мор. Суп с рисовой крупой б/л б/кар Суп карт. б/л и б/м. Филе кур молотое Индейка тушеная б/соуса Пюре картофельное Пюре картофельное с раст/м Рис отварной с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Салат из св.огурцов Салат из св. помидоров с луком Компот из сушеных фруктов Компот из сушеных фруктов без сахара. Чай с сахаром Хлеб пшеничный к обеду Хлеб ржаной к обеду Хлебцы	Суп карт.с мак. изд (сл/м) Суп карт.с геркулес.кр.б/мор. Суп с рисовой крупой б/л б/кар Суп карт. б/л и б/м. Запеканка из пчени с рисом Биточки из говядины рубленые Биточки из индейки рубленые Котлета из говядины рубленые без хлеба и сух. Пюре картофельное с раст/м Рис отварной с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Салат из белокочанной капусты Компот из сушеных фруктов Компот из сушеных фруктов без сахара. Чай с сахаром Хлеб пшеничный к обеду Хлеб ржаной к обеду Хлебцы	Борщ зеленый Суп карт.с крупной ячневой б/мор Суп с рисовой крупой б/л б/кар Суп карт. б/л и б/м. Жаркое по-домашнему Говядина тушеная б/соуса Индейка тушеная б/соуса Пюре картофельное с раст/м Рис отварной с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Огурец свежий помидор свежий Компот из сушеных фруктов Компот из сушеных фруктов без сахара. Чай с сахаром Хлеб пшеничный к обеду Хлеб ржаной к обеду Хлебцы	Суп карт. (сл/м) Суп карт.с рис.к б/мор Суп с рисовой крупой б/л б/кар Суп карт. б/л и б/м. Бефстроганов из гов Говядина тушеная б/соуса Индейка тушеная б/соуса Перловка со сл/м Каша гречневая рас. с раст/м Пюре картофельное с раст/м Рис отварной с раст/м помидор свежий Огурец свежий Компот из сушеных фруктов Компот из сушеных фруктов без сахара. Чай с сахаром Хлеб пшеничный к обеду Хлеб ржаной к обеду Хлебцы
Успокоительный полдник	Котлета рыбная запеченная Котлеты из говядины рубленые Котлета из говядины рубленые без хлеба и сух. Котлета из индейки рубленые без хлеба и сух. Пюре картофельное Пюре картофельное с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Рис отварной с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Печенье галетное Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы Соль	Вареники ленивые Соус сметанный сладкий. Птица тушеная б/соуса Индейка отв молот Каша гречневая рас. с раст/м Пюре картофельное с раст/м Рис отварной с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Сушка печенье галетное Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы Соль	Филе кур молотое Индейка тушеная б/соуса Фрикадельки рыбные Пюре картофельное Пюре картофельное с раст/м Рис отварной с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Огурец свежий помидор свежий Чай с сахаром Чай без сахара. Варфли печенье галетное Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы Соль	Слоеные голубцы с мясом Говядина отв мол Индейка отв молот Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Зефир печенье галетное Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы Соль	Запеканка из творога Соус сметанный сладкий. Индейка отв молот Пюре картофельное с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Рис отварной с раст/м Салат из белокочанной капусты Чай с лимоном Чай с сахаром Чай без сахара. Печенье галетное Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы Соль

Заведующий

Лисицина Н.А.



## МДОУ "Детский сад №212"

2 неделя

Основное (организованное) меню на Летне-осенний сезон (Сад)



	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Масло (порциями) Макарони отварные с сыром Каша гречневая рас. с раст/м Пюре картофельное с раст/м Рис отварной с раст/м Салат из белокочанной капусты Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Хлебцы	Масло (порциями) Суп мол с манной кр. Каша пшеничн рас. со с/м Каша гречневая рас. с раст/м Пюре картофельное с раст/м Рис отварной с раст/м помидор свежий Огурец свежий Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлебцы	Масло (порциями) Сыр (порциями) Огурец свежий помидор свежий Суп мол с пшенной крупой Рис отварной с овощами Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлебцы	Масло (порциями) Омлет запеч Кукуруза консер Каша ячневая рас. со сл/м Каша гречневая рас. с раст/м Пюре картофельное с раст/м Рис отварной с раст/м Огурец свежий Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлебцы	Масло (порциями) Сыр (порциями) Куры отварные Говядина отв молот Индейка отв молот Макар.изделия со сл/м Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлебцы
Завтрак2	Яблоки свежие Бифилайф	Яблоки свежие Ряженка	Яблоки свежие Нектарин	Груши свежие Яблоки свежие	Яблоки свежие Сок фруктовый
Обед	Суп карт.с пшенной крупой (м/сл) Суп карт. с гречневой.кр.б/мор Суп с рисовой крупой б/л б/кар Суп карт. б/л и б/м. Говядина тушеная с капустой Говядина тушеная б/соуса Индейка тушеная б/соуса Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Огурец свежий Компот из сушеных фруктов Компот из сушеных фруктов без сахара. Чай с сахаром Хлеб пшеничный к обеду Хлеб ржаной к обеду Хлебцы	Суп гречнев сл/м Суп карт.с геркулес.кр.б/морк. Суп с рисовой крупой б/л б/кар Суп карт. б/л и б/м. Плов из птицы Индейка тушеная б/соуса Пюре картофельное Пюре картофельное с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Рис отварной с раст/м Салат из белокочанной капусты Компот из сушеных фруктов Компот из сушеных фруктов без сахара. Чай с сахаром Хлеб пшеничный к обеду Хлеб ржаной к обеду Хлебцы	Суп фасолевый Суп карт.с крупной ячневой б/мор Суп с рисовой крупой б/л б/кар Суп карт. б/л и б/м. Печень по-строгановски Говядина отв молот Индейка отв молот Каша гречневая рас. со сл/м Каша гречневая рас. с раст/м Пюре картофельное с раст/м Рис отварной с раст/м Салат из св.огурцов Компот из сушеных фруктов Компот из сушеных фруктов без сахара. Чай с сахаром Хлеб пшеничный к обеду Хлеб ржаной к обеду Хлебцы	Щи зеленые Щи из свежей капусты с картофелем б/том,б/мор. Суп с рисовой крупой б/л б/кар Суп карт. б/л и б/м. Шницель говяд.рубленный Шницель инд Котлета из говядины рубленые без хлеба и сух. Каша пшеничн рас. со с/м Каша гречневая рас. с раст/м Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Салат из белокочанной капусты Компот из сушеных фруктов Компот из сушеных фруктов без сахара. Чай с сахаром Хлеб пшеничный к обеду Хлеб ржаной к обеду Хлебцы	Суп карт. с клецками Суп карт.с крупной ячневой б/мор Суп с рисовой крупой б/л б/кар Суп карт. б/л и б/м. ragu овощное с говядиной Говядина тушеная б/соуса Индейка тушеная б/соуса Пюре картофельное с раст/м Рис отварной с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Огурец свежий помидор свежий Компот из сушеных фруктов Компот из сушеных фруктов без сахара. Чай с сахаром Хлеб пшеничный к обеду Хлеб ржаной к обеду Хлебцы
Уплотненный полдник	Фрикадельки рыбные фрикадельки мясные говяд. фрикадельки из индейки Пюре картофельное Пюре картофельное с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Рис отварной с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Печенье печенье галетное Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы Соль	Пудинг из творога (запеченный) Соус сметанный сладкий. Птица тушеная б/соуса Индейка отв молот Каша гречневая рас. с раст/м Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Булочка сдобная печенье галетное Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы Соль	Минтай отварной Филе кур молотое Индейка тушеная б/соуса Пюре картофельное Пюре картофельное с раст/м Рис отварной с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Огурец свежий помидор свежий Чай с сахаром Чай без сахара. Вафли печенье галетное Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы Соль	Тефтели гов б/подливой Тефтели инд Пюре картофельное Пюре картофельное с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Рис отварной с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Пряники печенье галетное Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы Соль	Запеканка из творога Соус сметанный сладкий. Каша гречневая рас. с раст/м Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Огурец свежий Чай с лимоном Чай с сахаром Чай без сахара. Сушка печенье галетное Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы Соль