

## МДОУ "Детский сад №212"

## Основное (организованное) меню на Зимне-весенний сезон (Сад)

## 1 неделя

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Масло (порциями) Макароньки отварные с сыром Каша гречневая рас. с раст/м Пюре картофельное с раст/м Салат из кваш кап Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлебцы	Масло (порциями) Суп мол с пшенной крупой Каша ячневая рас. со сл/м Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Огурцы соленые Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлебцы	Масло (порциями) Суп мол. с рис.кр. Рис отварной с овощами Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Огурцы соленые Салат из бел кап мал 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 с/м Каша гречневая рас. с раст/м Пюре картофельное с раст/м Огурцы соленые Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлебцы Чай с сахаром Чай без сахара.	Масло (порциями) Куры отварные Говядина отв мол Индейка отв молот Макар.изделия со сл/м Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлебцы Чай с сахаром Чай без сахара.
Завтрак	Яблоки свежие	Яблоки свежие	Яблоки свежие	Яблоки свежие	Сок фруктовый Яблоки свежие
Обед	Борщ с капустой и картофелем (сл.м.) Щи из свежей капусты с картофелем б/том,б/мор. Суп гречн б/л б/кар Суп карт. б/л и б/м. Плов из отв.говядины Говядина тушеная б/соуса Индейка отв. Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Огурцы соленые Хлеб пшеничный к обеду Хлеб ржаной к обеду Хлебцы Компот из сушеных фруктов Компот из сушеных фруктов без сахара. Чай с сахаром	Суп карт.с рис.к(м/сл) Суп карт.с геркулес.кр.б/морк. Суп карт. б/л и б/м. Суп с рисовой крупой б/л б/кар Говядина тушеная б/соуса Индейка отв. Каша гречневая рас. со сл/м Каша гречневая рас. с раст/м Пюре картофельное с раст/м Огурцы соленые Хлеб пшеничный к обеду Хлеб ржаной к обеду Хлебцы Компот из сушеных фруктов Компот из сушеных фруктов без сахара. Чай с сахаром	Суп карт.с горохом лущеным (сл/м) Суп карт.с пшенной крупой б/мор. Суп карт. б/л и б/м. Суп гречн б/л б/кар Запеканка из печени с рисом Помидоры соленые Шницель говяд.рубленный Шницель инд Котлета из говядины рубленные без хлеба и сух. Салат из кваш кап бол Кукуруза консер Пюре картофельное с раст/м Компот из сушеных фруктов Компот из сушеных фруктов без сахара. Чай с сахаром Хлеб пшеничный к обеду Хлеб ржаной к обеду Хлебцы	Рассольник с/масл Суп карт.с крупой 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 отв. Пюре картофельное с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Помидоры соленые Компот из сушеных фруктов Компот из сушеных фруктов без сахара. Чай с сахаром Хлеб пшеничный к обеду Хлеб ржаной к обеду Хлебцы	Суп фасоловый 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 отв. Перловка со сл/м Каша гречневая рас. с раст/м Пюре картофельное с раст/м Помидоры соленые Хлеб ржаной к обеду Хлеб пшеничный к обеду Хлебцы Компот из сушеных фруктов Компот из сушеных фруктов без сахара. Чай с сахаром
Уплотненный полдник	Котлета рыбная запеченная Котлеты из говядины рубленные Котлета из индейки рубленные без хлеба и сух. Котлета из говядины рубленные без хлеба и сух. Пюре картофельное Пюре картофельное с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы Печенье печенье галетное Соль Ряженка	Пудинг из творога (запеченный) Соус сметанный сладкий. Говядина отв мол Индейка отв молот Пюре картофельное с раст/м Рис отварной с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы Булочка сдобная печенье галетное Соль Йогурт	Тефтели рыбные отварные Тефтели гов б/подливой Тефтели инд Фрикадельки мясные говяд. Пюре картофельное Пюре картофельное с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы Хлебцы Пряники печенье галетное Соль Биойогурт	Суп мол с гречн кр Слоеные голубцы с мясом Говядина отв мол Индейка отв молот Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы Вафли печенье галетное Соль Кефир	Сырники из творога. Соус сметанный сладкий. Пюре картофельное с раст/м Рис отварной с раст/м Салат из кваш кап Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы Печенье овсяное печенье галетное Соль Биойогурт