

МДОУ "Детский сад №212"

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

1 неделя

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Масло (порциями) Салат из св.огурцов Макаронные отварные с сыром Каша гречневая рас. с раст/м Пюре картофельное с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный Хлебцы Хлеб ржаной	Масло (порциями) Огурец свежий Салат из белокачанной капусты Суп мол.с геркул.кр. Каша ячневая рас. со сл/м Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлебцы	Масло (порциями) Салат из св.огурцов Суп мол. с рис.кр. Плов фруктовый. Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлебцы	Масло (порциями) Сыр (порциями) Огурец свежий Омлет натуральный Икра кабачковая для детского пит. Каша пшеничн рас. со с/м Каша гречневая рас. с раст/м Пюре картофельное с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлебцы	Масло (порциями) Куры отварные Говядина отв молот Индейка отв молот Макар.изделия со сл/м Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлебцы
Завтрак	Ряженка Бананы	Сок фруктовый Яблоки свежие	Йогурт Груши свежие	Сок фруктовый Яблоки свежие	Кефир Бананы
Обед	помидор свежий Огурец свежий Борщ с капустой и картофелем (сл.м.) Щи из свежей капусты с картофелем б/том,б/мор. Суп с пшенной крупой б/кар б/л Суп карт. б/л и б/м. Плов из отв.говядины Говядина тушеная б/соуса Индейка тушеная б/соуса Рис отварной с раст/м 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	Огурец свежий помидор свежий Суп карт.с горохом лущеным (сл/м) Суп карт.с пшенной крупой б/мор. Суп с пшенной крупой б/кар б/л Суп карт. б/л и б/м. Говядина тушеная б/соуса Индейка тушеная б/соуса Пюре картофельное Пюре картофельное с раст/м Рис отварной 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	Огурец свежий помидор свежий Суп карт.с мак. изд (сл/м) Суп с пшенной крупой б/кар б/л Суп карт.с геркулес.кр.б/морк. Суп карт. б/л и б/м. Запеканка из печени с рисом Биточки из говядины рубленые Биточки из индейки рубленые Котлета из говядины рубленые без хлеба и сух. Пюре картофельное с раст/м Каша гречневая рас. 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	помидор свежий Огурец свежий Борщ зеленый 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 Фрикадельки из индейки Фрикадельки мясные говяд. Пюре картофельное с раст/м Рис отварной 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	Огурец свежий помидор свежий Суп карт. (сл/м) Суп карт.с рис.к б/мор Суп карт. б/л и б/м. Суп с рисовой крупой б/л б/кар 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 Компот из сушеных фруктов Компот из сушеных фруктов без сахара. Хлеб пшеничный к обеду Чай с сахаром Хлеб ржаной к обеду Хлебцы
Уплотненный полдник	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 Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы	Пудинг из творога (запеченный) Соус сметанный сладкий. Говядина отв молот Индейка отв молот Каша гречневая рас. с раст/м Пюре картофельное с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. печенье галетное Булочка сдобная Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы	Фрикадельки мясные говяд. Фрикадельки из индейки Фрикадельки рыбные Пюре картофельное Пюре картофельное с раст/м Каша гречневая рас. с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Вафли печенье галетное Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы	Суп мол с пшенной крупой Слоеные голубцы с мясом Говядина отв молот Индейка отв молот Рис отварной с раст/м Пюре картофельное с раст/м Чай с сахаром Чай без сахара. Пряники печенье галетное Хлеб пшеничный на ужин Хлеб рж.на ужин Хлебцы	Запеканка из творога Соус сметанный сладкий. Салат из белокачанной капусты Пюре картофельное 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