МДОБУ детский сад № 72
Кухня

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая МДОБУ ДЕТСКИЙ САД №72 Г.СОЧИ Г.В.Виноградова

# Плановое меню (1-я неделя)
## Сад(с 3 до 7 лет), Без диет

Сезон Летне-осенний

| Понедельник | | Вторник | | Среда | | Четверг | | Пятница | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак** | | | | | | | | | |
| Чай с сахаром | 190, | Запеканка из творога со сметаной сад 2-9д | 149, | Сыр (порциями)САД 3-4Д | 14, | Чай с сахаром | 190, | ленивые вареники со сметаной сад | 145, |
| хлеб пшеничный сад | 44, | Кисель ягодный сад | 180, | Каша манная вязкая мол 3д сад | 180, | Сыр (порциями)САД 3-4Д | 14, | Кофейный напиток с молоком 5д сад | 180, |
| Омлет с зеленым горошком сад 1-10д | 100, | Хлеб пшеничный гкп сад | 44, | Какао с молоком 3д сад | 180, | Сосиски отварные сад | 58, | хлеб пшеничный сад | 44, |
| | | | | хлеб пшеничный сад | 44, | Капуста тушеная сад 2вар 4-7Д | 230, | | |
| | | | | | | хлеб пшеничный сад | 34, | | |
| **Второй завтрак** | | | | | | | | | |
| Сок яблочный сад | 212, | Кефир сад | 160, | Сок яблочный сад | 212, | Молоко кипяченое сад | 180, | Киселек витаминизированный сад | 180, |
| пряник сад | 45, | | | пряник сад | 45, | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом сад | 200, | Компот из свежих яблок сад 1д | 180, | Суп картофельный сад | 200, | Компот из свежих яблок сад 1д | 180, | Компот из смеси сухофруктов сад 3д | 180, |
| Жаркое по-домашнему сад | 145, | Рассольник со сметаной 2д сад | 200, | Тефтели мясные сад 3-9Д | 90, | Котлеты рыбные запеч.филе сад | 100, | Суп картофельный с мучными клецками сад | 220, |
| Икра свекольная сад | 90, | Тефтели из печени с рисом сад 2-6д | 100, | Салат из свеклы сад | 60, | Пюре картофельное сад 4-8д | 127, | Плов из птицы сад | 167, |
| Компот из свежих яблок сад 1д | 180, | Картофель отварной сад 2д | 122, | Компот из смеси сухофруктов сад 3д | 180, | Огурцы соленые сад | 43, | Огурцы соленые сад | 43, |
| хлеб ржаной сад | 42,5 | хлеб ржаной сад | 42,5 | хлеб ржаной сад | 42,5 | Суп картофельный с мясн фрикад сад 4-8д | 230, | хлеб ржаной сад | 42,5 |
| | | икра кабачковая консервированная сад | 60, | Макаронные изделия отварные сад 3-7д | 125, | Фрикадельки мясныесад сад 4-8д | 30, | хлеб пшеничный сад | 24, |
| | | | | | | хлеб ржаной сад | 42,5 | | |
| **Полдник** | | | | | | | | | |
| Каша "Геркулес" жидкая на мол1д сад | 180, | Каша рисовая вязкая молочная 2д сад | 160, | Рагу из овощей сад 3д | 200, | Суп молочный с макаронами 4д сад | 180, | Кефир сад 5д | 200, |
| Кофейный напиток с мол1д сад | 180, | Чай с молоком 2д сад | 180, | Чай с сахаром сад | 190, | Кофейный напиток с молоком 4д сад | 180, | Яблоки сад 5д | 135, |
| хлеб пшеничный сад | 24, | хлеб пшеничный сад | 24, | Яблоки сад 6д | 135, | хлеб пшеничный сад | 20, | Булочка "молочная" сад 5-10д | 130, |
| | | | | хлеб пшеничный сад | 24, | | | | |

# Плановое меню (2-я неделя)

| Понедельник | | Вторник | | Среда | | Четверг | | Пятница | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак** | | | | | | | | | |
| Яйца вареные сад 6д | 40, | Каша вязкая пшенная (на мол)7дсад | 180, | Каша "Геркулес" жид на мол 8д сад | 180, | Чай с сахаром | 190, | Чай с молоком сад 10д | 180, |
| Чай с сахаром сад 6д | 190, | Какао с молоком сад 7 д | 180, | Кисель ягодный сад | 180, | Каша манная вязкая молочная 9д сад | 180, | хлеб пшеничный сад | 44, |
| икра кабачковая консервированная сад | 60, | Сыр (порциями)сад 6-7Д | 13, | хлеб пшеничный сад | 34, | хлеб пшеничный сад | 44, | Омлет с зеленым горошком сад 1-10д | 100, |
| Сыр (порциями)сад 6-7Д | 13, | хлеб пшеничный сад | 34, | | | | | | |
| хлеб пшеничный сад | 44, | | | | | | | | |
| **Второй завтрак** | | | | | | | | | |
| Сок яблочный сад | 212, | Кефир сад | 160, | Сок яблочный сад | 212, | Молоко кипяченое 4-9д сад | 180, | Киселек витаминизированный сад | 180, |
| пряник сад | 40, | | | | | пряник сад | 40, | | |
| **Обед** | | | | | | | | | |
| Икра свекольная сад | 90, | Компот из свежих яблок сад 1д | 180, | Компот из смеси сухофруктов сад 3д | 180, | Компот из свежих яблок сад 1д | 180, | Компот из смеси сухофруктов сад 3д | 180, |
| Тефтели из печени с рисом сад 2-6д | 100, | Огурцы соленые сад | 43, | Котлеты рыбные запеч.филе сад | 100, | Тефтели мясные сад 3-9Д | 90, | Огурцы соленые сад | 43, |
| Компот из смеси сухофруктов сад 3д | 180, | Суп картофельный с крупой манной сад | 200, | Пюре картофельное сад 4-8д | 127, | Рассольник со сметаной сад | 205, | Суп картофельный с рыбн фрикад сад | 240, |
| Борщ со сметаной сад | 200, | хлеб ржаной сад | 42,5 | Огурцы соленые сад | 43, | Рагу из овощей сад 9д | 150, | хлеб ржаной сад | 42,5 |
| Рис отварной сад | 100, | Макаронные изделия отварные сад 3-7д | 125, | Суп картофельный с мясн фрикад сад 4-8д | 230, | Икра морковная сад 9д | 80, | Птица, тушенная овощами сад | 156, |
| хлеб ржаной сад | 42,5 | Гуляш из отварного мяса сад 7д | 85, | Фрикадельки мясныесад сад 4-8д | 30, | хлеб ржаной сад | 42,5 | хлеб пшеничный сад | 24, |
| | | | | хлеб ржаной сад | 42,5 | | | Фрикадельки рыбные 10д сад филе | 42, |
| **Полдник** | | | | | | | | | |
| Кофейный напиток с молоком сад 6д | 180, | Чай с сахаром | 190, | Чай с сахаром | 190, | Запеканка из творога со сметаной сад 9д | 149, | Кефир сад | 160, |
| Яблоки сад 6д | 135, | Капуста тушеная сад 2вар 4-7Д | 230, | Рагу из овощей сад 3д | 200, | Кофейный напиток с мол 9д сад | 180, | Яблоки сад 10д | 135, |
| Каша "Геркулес" жид на мол 6д сад | 170, | Котлеты рыбные запеч.филе сад | 100, | Яйца вареные сад 8д | 20, | хлеб пшеничный сад | 24, | Булочка "молочная" сад 5-10д | 130, |
| хлеб пшеничный сад | 24, | хлеб пшеничный сад | 20, | Яблоки сад 8д | 135, | | | | |
| | | | | хлеб пшеничный сад | 20, | | | | |