

Приложение №1
к Приказу от 24.08. 2023 г. № 175

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 92
Н.В. Чаплыгина



Меню ясли/сад 12 часов зима-лето

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
ЗАВТРАК										
Каша молочная рисовая на сгущ./мол. 150/200 Чай с сахаром 180/200 Булка 30/30 Масло 5/10	Омлет натуральный 100/150 Салат из моркови 40/40 Какао 180/200 Булка 30/30 Масло 5/5 Сыр 10/15	Суп молочный с макар.изд. 150/200 Кофейный напиток с молоком 180/200 Булка 30/40 Масло 5/5	Пудинг творожный 130/150 Соус сметанный 20/20 Кофейный напиток с молоком 180/200 Булка 30/40 Масло 5/5	Каша молочная манная 150/200 Кофейный напиток с молоком 180/200 Булка 30/30 Масло 5/5 Сыр 10/15	Отварные макароны с маслом и сахаром 140/160 Чай с сахаром 180/200 Булка 30/30 Масло 5/10	Омлет натуральный 100/150 Салат из зеленого горошка 40/50 Какао 180/200 Булка 30/30 Масло 4/4 Сыр 10/15	Каша геркулесовая 150/200 Кофейный напиток с молоком 180/200 Булка 30/50 Масло 5/5	Запеканка творожная 130/150 Соус сметанный 20/50 Кофейный напиток с молоком 180/200 Булка 30/50 Масло 5/5	Каша молочная манная 150/200 Кофейный напиток с молоком 180/200 Булка 30/30 Масло 5/5 Сыр 10/15	
365/440	365/440	365/445	365/415	375/450	355/400	365/449	365/455	365/455	375/450	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК										
Сок 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100	
ОБЕД										
Салат из зеленого горошка 40/60 Суп картофельный с гречневой крупой 180/200 Мясо тушеное с овощами 160/180 Компот из сухофруктов 150/180 Хлеб ржано-пшеничный 40/50	Свекольная икра 40/60 Салат из капусты (с 01.06) Суп с клецками на к/б 180/200 Плов из мяса кур 160/180 Компот из сухофруктов 150/180 Хлеб ржано-пшеничный 40/50	Салат из соленых огурцов с луком 40/50 Салат из помидор и и огурцов (с 01.06) Суп овощной на к/б со сметаной 180/2/200/2 Биточки из птицы 60/70 Картофельное пюре 120/150 Компот из сухофруктов 150/180 Хлеб ржано-пшеничный 20/30	Икра свекольная или морковная 40/50 Салат из помидор с луком (с 01.06) Свекольник со сметаной и яйцом 180/3/1/200/3/1 Гуляш из печени 60/70 Отварная гречка 120/140 Компот из сухофруктов 150/200 Хлеб ржано-пшеничный 40/50	Салат из свеклы 40/50 Салат из свежей капусты (с 01.06) Суп полевой 180/200 Жаркое по-домашнему 150/170 Компот из сухофруктов 150/180 Хлеб ржано-пшеничный 30/30	Салат из картофеля и огурца 40/50 Суп гороховый 180/200 Ленивые голубцы 160/180 Компот из сухофруктов 150/180 Хлеб ржано-пшеничный 40/50	Огурец соленый 30/50 Салат из капусты (с 01.06) Борщ со сметаной 180/2/200/5 Суфле из мяса птицы 60/70 Картофельное пюре 120/150 Компот из сухофруктов 150/180 Хлеб ржано-пшеничный 40/50	Икра свекольная или морковная 40/50 Салат из помидор и и огурцов (с 01.06) Суп вермишелевый на к/б 180/200 Котлета рубленая из птицы 60/70 Рис отварной 120/140 Соус томатный 50/50 Компот из сухофруктов 150/180 Хлеб ржано-пшеничный 30/30	Салат из моркови 40/50 Салат из свежих огурцов (с 01.06) Щи со сметаной 180/200 Суфле из печени 50/70 Отварные макароны 120/130 Соус томатный 50/50 Компот из сухофруктов 150/200 Хлеб ржано-пшеничный 40/50	Икра кабачковая 40/40 Салат из свежей капусты (с 01.06) Рассольник Ленинградский со сметаной 180/2/200/2 Котлета свиная 60/70 Картофельное пюре 120/150 Компот из сухофруктов 150/200 Хлеб ржано-пшеничный 30/30	
570/670	570/670	582/682	644/714	550/630	570/660	582/705	640/720	630/750	582/698	
ПОЛДНИК										
Кефир 180/200 Булка 30/50	Молоко кипяченое 180/200 Булка 30/50	Кефир 180/200 Печенье 40/50 Яблоко 100/100	Молоко кипяченое 180/200 Блинчики 50/55 Повидло 20/20	Какао с молоком 180/200 Булка 30/50	Кефир 180/200 Булка 30/50	Молоко кипяченое 180/200 Булка 30/50	Кефир 180/200 Печенье 40/50 Яблоко 100/100	Молоко 180/200 Оладья 50/70 Повидло 20/20	Какао 180/200 Булка 30/50	
210/250	210/250	320/350	250/275	210/250	210/250	210/250	320/350	250/290	210/250	
УЖИН										
Запеканка творожная с рисом 120/150 Соус сметанный 20/50 Кофейный напиток с молоком 180/200 Яблоко 100/100	Каша молочная гречневая 150/200 Чай с сахаром 180/200 Банан 100/100	Рыба запеченная с овощами 80/100 Отварной рис 120/150 Чай с сахаром 180/200 Хлеб 20/20	Каша молочная геркулесовая 150/200 Чай с сахаром 180/200 Яблоко 100/100	Биточки рыбные 60/70 Салат степной 150/150 Чай с сахаром 180/200 Хлеб 20/20	Сырники 110/150 Соус сметанный 20/20 Кофейный напиток с молоком 180/200 Яблоко 100/100	Каша молочная Дружба 150/200 Чай с сахаром 180/200 Банан 100/100	Рыбные тефтели 60/80 Капуста тушеная 150/150 Чай с молоком 180/200 Хлеб 20/20	Каша молочная пшенная 150/200 Чай с сахаром 180/200 Яблоко 100/100	Котлета рыбная 60/70 Винегрет 140/170 Чай с сахаром 180/200 Хлеб 20/20 Яблоко 100/100	
420/500	430/500	400/470	430/500	400/440	410/470	430/500	410/450	430/500	400/560	