

Организация: МДОУ "Центр развития ребенка - детский сад №87"
 Название меню: Перспективное 10-ти дневное меню для детей с 3 до 7
 (осенний) Возрастная категория: от 3 до 7 лет
 Характеристика питания: Без особенностей Срок действия
 меню: 01.09.2022 - 31.05.2023



	Неделя 1			
Понедельник	Завтрак Каша манная молочная жидкая: 98 (id:18656) Яйцо вареное: 54-60 (id:48) Кофейный напиток с молоком: 54-23гн (id:9728) Хлеб пшеничный: Пром. (id:360)	Второй завтрак Фрукты свежие - фрукты (яблоки, бананы, груши, апельсины): 118 (id:18658) Сок яблочный: Пром. (id:408)	Обед Салат из квашеной капусты с луком: 7 (id:18665) Рассольник домашний: 54-4с (id:321) Картофельное пюре: 54-11г (id:53) Печень говяжья по-строгановски: 54-16м (id:187) Компот из смородины: 54-7хн (id:9772) Хлеб ржано-пшеничный: Пром. (id:368)	Полдник Кефир 2.5%: Пром. (id:417) Печенье: Пром. (id:437)
Вторник	Завтрак Омлет натуральный: 54-10 (id:79) Какао с молоком: 54-21гн (id:9727) Хлеб пшеничный: Пром. (id:360)	Второй завтрак Фрукты свежие - фрукты (яблоки, бананы, груши, апельсины): 118 (id:18658) Сок яблочный: Пром. (id:408)	Обед Салат из моркови с зеленым горошком: 11 (id:18663) Суп гороховый: 54-8с (id:302) Капуста тушеная: 54-8г (id:318) Шницель из говядины: 54-7г (id:206) Компот из кураги: 54-2хн (id:9767) Хлеб ржано-пшеничный: Пром. (id:368)	Полдник Молоко кипяченое: 534 (id:21279) Вафли с фруктовыми начинками: Пром. (id:435)
Среда	Завтрак Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес": 54-29к (id:20206) Кофейный напиток с молоком: 54-23гн (id:9728) Хлеб пшеничный: Пром. (id:360)	Второй завтрак Фрукты свежие - фрукты (яблоки, бананы, груши, апельсины): 118 (id:18658) Сок яблочный: Пром. (id:408)	Обед Салат из свеклы с чесноком: 22 (id:19405) Суп картофельный с рыбой: 42 (id:18664) Картофель отварной в молоке: 54-10г (id:130) Котлета рыбная (треска): 54-1г (id:184) Соус белый основной: 54-2соус (id:260) Кисель из смородины: 54-23хн (id:9788) Хлеб ржано-пшеничный: Пром. (id:368)	Полдник Кефир 2.5%: Пром. (id:417) Печенье: Пром. (id:437)
Четверг	Завтрак Каша вязкая молочная пшеничная: 54-6к (id:172) Какао с молоком: 54-21гн (id:9727) Хлеб пшеничный: Пром. (id:360)	Второй завтрак Фрукты свежие - фрукты (яблоки, бананы, груши, апельсины): 118 (id:18658) Сок яблочный: Пром. (id:408)	Обед Огурец соленый в нарезке: 17 (id:21591) Борщ с капустой и картофелем со сметаной: 54-2с (id:343) Каша гречневая рассыпчатая: 54-4г (id:55) Курица в соусе с томатом: 190 (id:18666) Компот из смеси сухофруктов: 54-1хн (id:9766) Хлеб ржано-пшеничный: Пром. (id:368)	Полдник Молоко кипяченое: 534 (id:21279) Пряник: Пром. (id:438)
Пятница	Завтрак Бутерброд с сыром: 342 (id:18657) Каша вязкая молочная пшеничная: 54-13к (id:170) Кофейный напиток с молоком: 54-23гн (id:9728)	Второй завтрак Фрукты свежие - фрукты (яблоки, бананы, груши, апельсины): 118 (id:18658) Сок яблочный: Пром. (id:408)	Обед Салат из свеклы и моркови: 19 (id:18661) Суп из овощей: 54-17с (id:10399) Запеканка картофельная с печенюшкой: 54-18м (id:216) Соус сметанный: 54-1соус (id:159) Компот из изюма: 54-4хн (id:9769) Хлеб ржано-пшеничный: Пром. (id:368)	Полдник Кефир 2.5%: Пром. (id:417) Печенье: Пром. (id:437)
Неделя 2				
Понедельник	Завтрак Каша ячневая молочная вязкая: 106 (id:19400) Яйцо вареное: 54-60 (id:48) Какао с молоком: 54-21гн (id:9727) Хлеб пшеничный: Пром. (id:360)	Второй завтрак Фрукты свежие - фрукты (яблоки, бананы, груши, апельсины): 118 (id:18658) Сок яблочный: Пром. (id:408)	Обед Ши из свежей капусты со сметаной: 54-1с (id:339) Картофельное пюре: 54-11г (id:53) Печенье тортая: 54-26м (id:147) Компот из смородины: 54-7хн (id:9772) Хлеб ржано-пшеничный: Пром. (id:368) икра из кабачков. Консервы: Пром. (id:571)	Полдник Кефир 2.5%: Пром. (id:417) Вафли с фруктовыми начинками: Пром. (id:435)
Вторник	Завтрак Омлет натуральный: 54-10 (id:79) Кофейный напиток с молоком: 54-23гн (id:9728) Хлеб пшеничный: Пром. (id:360)	Второй завтрак Фрукты свежие - фрукты (яблоки, бананы, груши, апельсины): 118 (id:18658) Сок яблочный: Пром. (id:408)	Обед Салат из свеклы и моркови: 19 (id:18661) Свекольник (со сметаной): 54-18с (id:10540) Тефтели из говядины с рисом (ежики): 54-15м (id:261) Соус красный основной: 54-3соус (id:325) Компот из кураги: 54-2хн (id:9767) Хлеб ржано-пшеничный: Пром. (id:368)	Полдник Молоко кипяченое: 534 (id:21279) Печенье: Пром. (id:437)
Среда	Завтрак Каша "Дружба": 54-16к (id:224) Какао с молоком: 54-21гн (id:9727) Хлеб пшеничный: Пром. (id:360)	Второй завтрак Фрукты свежие - фрукты (яблоки, бананы, груши, апельсины): 118 (id:18658) Сок яблочный: Пром. (id:408)	Обед Салат из свеклы с чесноком: 22 (id:19405) Суп из овощей с фрикадельками рыбными: 54-34с (id:20204) Макароны отварные: 54-1г (id:77) Тефтели рыбные (треска): 54-10г (id:289) Кисель из смородины: 54-23хн (id:9788) Хлеб ржано-пшеничный: Пром. (id:368)	Полдник Молоко кипяченое: 534 (id:21279) Мармелад фруктово-ягодный формовой: Пром. (id:433)
Четверг	Завтрак Каша жидкая молочная гречневая: 54-20к (id:132) Кофейный напиток с молоком: 54-23гн (id:9728) Хлеб пшеничный: Пром. (id:360)	Второй завтрак Фрукты свежие - фрукты (яблоки, бананы, груши, апельсины): 118 (id:18658) Сок яблочный: Пром. (id:408)	Обед Огурец соленый в нарезке: 17 (id:21591) Суп гороховый: 54-8с (id:302) Свекла тушеная в сметанном соусе: 224 (id:20241) Суфле из курицы: 54-22м (id:90) Компот из смеси сухофруктов: 54-1хн (id:9766) Хлеб ржано-пшеничный: Пром. (id:368)	Полдник Кефир 2.5%: Пром. (id:417) Печенье: Пром. (id:437)
Пятница	Завтрак Бутерброд с сыром: 342 (id:18657) Каша жидкая молочная рисовая: 54-21к (id:20952) Какао с молоком: 54-21гн (id:9727)	Второй завтрак Фрукты свежие - фрукты (яблоки, бананы, груши, апельсины): 118 (id:18658) Сок яблочный: Пром. (id:408)	Обед Салат из свеклы отварной: 54-13з (id:36) Суп крестьянский с капустой (крупя перловый): 54-10с (id:327) Запеканка картофельная с печенюшкой: 54-18м (id:216) Компот из изюма: 54-4хн (id:9769) Хлеб ржано-пшеничный: Пром. (id:368)	Полдник Пряник: Пром. (id:438) Кефир 2.5%: Пром. (id:417)
			Ужин Запеканка капустная с говядиной: 164 (id:19585) Соус белый основной: 54-2соус (id:260) Чай с сахаром: 54-2гн (id:9725) Хлеб пшеничный: Пром. (id:360)	Ужин Салат картофельный с зеленым горошком: 23 (id:18662) Рыба отварная: 338 (id:21277) Чай с сахаром: 54-2гн (id:9725) Булочка школьная: 54-9в (id:9925)
			Ужин Запеканка из творога: 54-1г (id:310) Чай с сахаром: 54-2гн (id:9725) Повидло яблочное: Пром. (id:378) Хлеб пшеничный: Пром. (id:360)	Ужин Макароны отварные с сыром: 54-3г (id:140) Чай с сахаром: 54-2гн (id:9725) Булочка "Веснушка": 277 (id:19402)
			Ужин Пудинг из говядины с овощами: 175 (id:19407) Соус красный основной: 54-3соус (id:325) Чай с сахаром: 54-2гн (id:9725) Хлеб пшеничный: Пром. (id:360)	Ужин Капуста тушеная с мясом: 54-10м (id:341) Чай с сахаром: 54-2гн (id:9725) Хлеб пшеничный: Пром. (id:360)
			Ужин Винегрет с сельдью: 54-30з (id:20187) Чай с сахаром: 54-2гн (id:9725) Слойка с повидлом: 290 (id:18667)	Ужин Запеканка из творога: 54-1г (id:310) Соус молочный сладкий: 234 (id:18659) Чай с сахаром: 54-2гн (id:9725) Хлеб пшеничный: Пром. (id:360)
			Ужин Плов с курицей: 54-12м (id:275) Чай с сахаром: 54-2гн (id:9725) Булочка школьная: 54-9в (id:9925)	Ужин Жаркое по-домашнему: 54-9м (id:214) Чай с сахаром: 54-2гн (id:9725) Хлеб пшеничный: Пром. (id:360)