

С 3 до 7 лет

Утверждаю: 1 марта 2023г.

Заведующий МБДОУ № 42

И.Ю.Акимова



	ПОНЕДЕЛЬНИК 6	ВТОРНИК 7	СРЕДА 8	ЧЕТВЕРГ 9	ПЯТНИЦА 10
Завтрак	Каша «Белоснежка» манная с маслом Бутерброд с маслом Кофейный напиток 200/4 30/5 180	Запеканка творожная со сгущенным молоком Бутерброд с маслом Какао 150/30 30/5 180	Омлет с маслом (свекольный, морковный маринад) Бутерброд с маслом с сыром Кофейный напиток 100/3 60 30/5/10 180	Молочная каша с маслом Бутерброд с маслом Яйцо отварное Какао 200/3 30/5 40 180	Каша пшеничная с маслом Бутерброд с маслом с сыром Свекла отварная Кофейный напиток 200/4 30/5/10 50 180
Зактрак 2	Сок фруктовый 120	Фрукты свежие 170	Фрукты свежие 170	Сок фруктовый 120	Фрукты свежие 150
Обед	Суп гороховый с гречками на мясном бульоне Гуляш из мяса Лапша отварная Хлеб Компот из сухофруктов 200 80 130 70 200	Щи на мясном бульоне Оладьи из печени в сметанном соусе Картофельное пюре Морковь отварная Хлеб Кисель 200 80/30 130 50 70 200	Солянка сборная Плов с курицей Хлеб Сок фруктовый 200 200 70 200	Свекольник на мясном бульоне Азу Хлеб Компот из сухофруктов 200 200 70 200	Суп картофельный с фрикадельками Картофельное пюре с маслом Рыба жаренная Хлеб Сок фруктовый 200 130 80 70 170
Полдник	Печенье(пяринк,зефир) Молоко кипяченое (йогурт) 30 170	Бутерброд с повидлом Чай с сахаром 50 200	Коржик молочный Молоко кипяченое (йогурт) 70 170	Ватрушка с творогом Кофейный напиток 60 180	Блины с маслом (повидлом) Чай с сахаром (лимоном) 75/10 200
ужин	Сельдь соленая Отварной картофель с маслом Хлеб Кофейный напиток Чай с сахаром 60 150/4 30 180 200	Кулеш рисовый с маслом Хлеб Кофейный напиток 200/3 30 180	Гороховое пюре с маслом Хлеб Компот из сухофруктов 150/3 30 200	Капустная запеканка с маслом Хлеб Чай с сахаром 180/4 30 200	Каша «Дружба» с маслом Хлеб Какао 200/4 30 180

С 3 до 7 лет

Утверждаю: 1 марта 2023г.

Заведующий МБДОУ

И.Ю.Акимова



	ПОНЕДЕЛЬНИК1		ВТОРНИК2		СРЕДА3		ЧЕТВЕРТ4		ПЯТНИЦА5	
Завтрак	Каша рисовая с маслом Яйцо отварное Бутерброд с маслом Кофейный напиток	200/4 40 30/5 180	Макарон запеченные с сыром Бутерброд с маслом Какао	200/5 30/5/10 180	Омлет с маслом (свекольный, морковный маринад) Бутерброд с маслом Чай с сахаром	100/3 60 30/5 200	Творожно- морковная запеканка «Рыжик» со сгущенным молоком Бутерброд с маслом Кофейный напиток	150/20 30/5 180	Каша геркулесовая с маслом Бутерброд с маслом Чай с сахаром	200/4 30/5 200
Зактрак 2	Сок фруктовый	120	Фрукты свежие	170	Фрукты свежие	170	Сок фруктовый	120	Фрукты свежие	150
Обед	Суп-уха из консервы(свежей рыбы) Тефтели мясные в сметанном соусе Картофельное пюре Морковь отварная Хлеб Компот из Кисель	200 70/30 130 50 70 180	Борщ на мясном бульоне Печень по- строгановски в сметанном соусе Каша гречневая Хлеб Компот из сухофруктов	200 80/30 130 60 200	Суп с клецками на мясном бульоне Бигус с курицей Хлеб Сок фруктовый	200 200 70 200	Суп с вермишелью на курином бульоне Пирог с печенью Свекла отварная Хлеб Компот из сухофруктов	200 150 50 70 200	Рассольник на мясном бульоне Котлета мясная в сметанном соусе Картофельное пюре Морковный маринад Хлеб Кисель	200 75/30 130 60 70 200
Полдник	Печенье(пряник,зефир) Молоко кипяченое (кефир)	30 170	Сырники творожные со сгущенным молоком Чай с сахаром	130/20 200	Гренка с сыром Кофейный напиток	75 180	Печенье (пряник,зефир) Молоко кипяченое	35 170	Гребешок с повидлом Какао	70 180
ужин	Кулеш пшениый с маслом Хлеб Чай с сахаром(лимоном) Кофейный напиток	200/3 30 200 180	Рыба запеченная в омлете Хлеб Кофейный напиток	100 30 180	Каша «Белоснежка» манная с маслом Хлеб Какао	200/3 30 180	Рагу из овощей Хлеб Чай с сахаром (лимоном)	180 30 200	Каша пшеничная с маслом Хлеб Кофейный напиток	200/3 30 180