МБДОУ Д/С № 3 "ТОПОЛЕК"

Утверждаю
Заведующий
Ермопуло Я.С.

01.12.2023

МЕНЮ

Сад 10 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНИЧНОЙ КРУПОЙ 200	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С ПОВИДЛОМ 120/30	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГЕРКУЛЕСОВОЙ КРУПОЙ 200	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНИЧНОЙ КРУПОЙ 200	КАША ЖИДКАЯ МАННАЯ 200/5/5	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180/4	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОЙ КРУПОЙ 200	КАША ЖИДКАЯ РИСОВАЯ 200/5/5
КАКАО С МОЛОКОМ 170	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ 70	БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ 20	ЧАЙ С САХАРОМ 170	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 70	ЧАЙ С САХАРОМ 170	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ 30
БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ 30	БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ 30	БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ 20	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 180	БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ 20	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ 30	БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ 20	КАКАО С МОЛОКОМ 150
СЫР (ПОРЦИЯМИ) 8	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ 20		БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ 30	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 7		БАТОН ИОДИРОВАННЫЙ 30	ПОВИДЛО 20		СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10
						СЫР (ПОРЦИЯМИ) 8			
II Завтрак									
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	ЙОГУРТ МОЛОЧНЫЙ 150	СОК 100	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	СОК 100	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100
ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 150
Обед									
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ 65	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 65	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ 65	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 65	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ 65	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 65	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ 65	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 65	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ 65	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 65
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ И СО СМЕТАНОЙ 200/22/6	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ,ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 200/22/6	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 200/6	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ И СО СМЕТАНОЙ 200/20/6	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ 200	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ,ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 200/20/6	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 80/5	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕНЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ 80/30	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 70/40	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 80/5	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 220	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 80/5	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 200	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ 160/30	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ 75/15	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕНЫЕ 80/5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 120	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 120/4	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 150
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 190	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 190	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 34	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 34	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 34	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 34	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 34	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 34	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 34	ХЛЕБ РЖАНОЙ 37	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 34	ХЛЕБ РЖАНОЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ 37	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 34	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 34
ХЛЕБ РЖАНОЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ 37		ХЛЕБ РЖАНОЙ 37			ХЛЕБ РЖАНОЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ 37
Полдник									
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 80	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 100	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 75/20	КАША ЖИДКАЯ МАННАЯ 100/3/3	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 75	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 75/20	КАША ЖИДКАЯ ПШЕННАЯ 100/3/3	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 100/30	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 80	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 75
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 170	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	ЙОГУРТ МОЛОЧНЫЙ 155	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	РЯЖЕНКА 180	ЙОГУРТ МОЛОЧНЫЙ 155	ЧАЙ С САХАРОМ 150	СОК 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 170	КЕФИР 180