



Циклическое 10-ти дневное меню для организации питания воспитанников 1,5-3 лет с 11 часовым пребыванием в Муниципальном дошкольном образовательном учреждении детском саду комбинированного вида № 3 «Радуга»

Наименование блюда День - 1	Наименование блюда День - 2	Наименование блюда День - 3	Наименование блюда День - 4	Наименование блюда День - 5
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая 160г	Каша гречневая молочная жидкая 160г	Омлет натуральный 120г	Суфле творожное 120г	Каша пшеничная молочная жидкая 160г
Чай сладкий с молоком 150г	Какао на молоке 150г	Кофейный напиток на молоке 150г	Соус молочный сладкий 30г	Какао на молоке 150г
Печенье сахарное 25г	Хлеб пшеничный 30г	Масло сливочное несоленое 7г Хлеб пшеничный 30г	Чай сладкий с молоком 150г Хлеб пшеничный 30г	Сыр порционный 10г Хлеб пшеничный 30г
2-й завтрак	2-й завтрак	2-й завтрак	2-й завтрак	2-й завтрак
Сок 110г	Яблоко 100 г	Сок 110 г	Апельсин 100 г	Сок 110г
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салат из капусты и моркови с растительным маслом 60г до 01.03/Салат из квашеной капусты с луком 60 г	Пюре из моркови 50г	Огурец консервированный 60 г/ Огурцы свежие 50г (летний период)	Салат из отварной свеклы с растительным маслом 40 г	Икра кабачковая 60 г/ Огурцы свежие 50 г (летний период)
Суп крестьянский со сметаной 160г	Борщ на курином бульоне со сметаной 160 г	Суп гороховый с гренками 160/10 г	Суп картофельный на курином бульоне 160 г	Рассольник 160г
Котлета рыбная любительская 70г	Плов из отварной птицы 140 г	Котлета мясная 60г	Суфле из отварной курицы 60 г	Жаркое по-домашнему 160г
Пюре картофельное 150г	Напиток апельсиновый 150 г	Макаронные изделия отварные 110г	Капуста тушеная 150г	Компот из сухофруктов 150г
Компот из сухофруктов (смесь) 150г	Хлеб ржаной 30г	Компот из кураги 150 г	Компот из яблок 150 г	Хлеб ржаной 30г

Хлеб ржаной 30гр		Хлеб ржаной 30гр	Хлеб ржаной 30гр	
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Макаронны запеченные с сыром 130г	Картофель и овощи тушенные в соусе 100 г	Рыба тушеная в томате с овощами 120 г	Рис отварной с овощами 130г	Оладьи с яблоками 100г
Компот из свежих яблок 150 г	Чай сладкий 150 г	Отвар шиповника 150 г	Напиток лимонный 150г	Кефир 150г
Хлеб пшеничный 30г	Хлеб пшеничный 30г	Хлеб пшеничный 30г	Хлеб пшеничный 30г	Вода детская питьевая «Беби Идеал» 100-200 г
Вода детская питьевая «Беби Идеал» 100-200 г	Вода детская питьевая «Беби Идеал» 100-200 г	Вода детская питьевая «Беби Идеал» 100-200 г	Вода детская питьевая «Беби Идеал» 100-200 г	

Наименование блюда День - 6	Наименование блюда День - 7	Наименование блюда День - 8	Наименование блюда День - 9	Наименование блюда День - 10
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша манная жидкая 160г	Каша овсяная молочная жидкая 160 г	Каша рисовая молочная жидкая 160г	Суфле творожное 120 г	Каша пшеничная молочная жидкая 160 г
Напиток кофейный на молоке 150г	Чай сладкий с молоком 150г	Какао на молоке 150 г	Соус молочный сладкий 30 г	Напиток кофейный на молоке 150 г
Печенье 25г	Хлеб пшеничный 30г	Масло сливочное несоленое 7г	Чай сладкий 150 г	Сыр порционный 10 г
	Сыр порционный 10 г	Хлеб пшеничный 30г	Хлеб пшеничный 30г	Хлеб пшеничный 30 г
2-й завтрак	2-й завтрак	2-й завтрак	2-й завтрак	2-й завтрак
Яблоко 100 г	Сок 110г	Апельсин 100г	Сок 110г	Яблоко 100г
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салат из моркови с растительным маслом 40г	Огурец консервированный 60 г/ Огурцы свежие 50г (летний период)	Салат из капусты и моркови с растительным маслом 60г до 01.03/Салат из квашеной капусты с луком 60 г	Салат из отварной свеклы с растительным маслом 40г	Икра кабачковая 60 г/ Огурцы свежие 50 г (летний период)
Суп свекольный на м/б со сметаной 160г	Суп гороховый вегетарианский с гречками из хлеба пшеничного 160/10г	Суп из овощей с мясом 160г	Суп рыбный 160г	Суп картофельный на мясном бульоне 160 г
Котлеты рыбные любительские 70г	Биточек мясной 60г	Печень по-строгановски 70 г	Жаркое по-домашнему 160г	Голубцы ленивые с отварным мясом 160 г
Пюре картофельное 130 г	Рагу овощное 150г	Макаронные изделия отварные 110г	Напиток апельсиновый 150г	Компот из кураги 150 г
Напиток апельсиновый 150 г	Компот из кураги 150г	Компот из сухофруктов (смесь) 150 г	Хлеб ржаной 30гр	Хлеб ржаной 30гр

Хлеб ржаной 30гр	Хлеб ржаной 30гр	Хлеб ржаной 30гр		
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Голубцы ленивые с отварным мясом 160г	Сырники творожные запеченные 100г	Омлет натуральный запеченный 100г	Каша рассыпчатая гречневая 130г	Мучное изделие «Крендель сахарный» 75 г
Чай сладкий 150г	Соус сметанный сладкий 30г	Зеленый горошек 40г	Молоко 150 г	Кефир 150 г
Хлеб пшеничный 30 г	Кисель плодово-ягодный 150г	Напиток лимонный 150г	Хлеб пшеничный 30г	Вода детская питьевая «Беби Идеал» 100-200 г
Вода детская питьевая «Беби Идеал» 100-200 г	Хлеб пшеничный 30г	Хлеб пшеничный 30г	Вода детская питьевая «Беби Идеал» 100-200 г	
	Вода детская питьевая «Беби Идеал» 100-200 г	Вода детская питьевая «Беби Идеал» 100-200 г		