

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ МАДОУ ЦРР – детский сад № 104

(осенне-зимний период)

И.О. заведующего МАДОУ ЦРР – детского сада № 104
ребенка -
детский сад
№ 104
г. Екатеринбург
Утверждаю
г. Екатеринбург
И.О. Стренина/

Документ подписан
электронной подписью
Сведения о сертификате ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430245
Владелец Халаяева Нина Григорьевна
Действителен с 15.04.2024 по 15.04.2025

день 1	день 2	день 3	день 4	день 5	день 6	день 7	день 8	день 9	день 10
Завтрак Каша из пшена и риса «Дружба 3» молочная с маслом сливочным 150/180 Чай 150/180 Батон с маслом сливочным 40/10; 40/10	Завтрак Суп молочный с крупой 150/200 Кофейный напиток с молоком 150/180 Батон с маслом сыром 40/5/5; 40/5/5	Каша пшеничная с маслом сливочным 150/180 Какао с молоком 150/200 Батон с маслом сливочным 40/10; 40/10	Завтрак Пудинг из творога 130/150 Соус молочный сладкий 20/20 Кофейный напиток с молоком 150/180 Батон с маслом сливочным 40/10; 40/10	Завтрак Каша пшеничная с маслом сливочным 150/180 Кофейный напиток с молоком 150/200 Батон с маслом сливочным 40/10; 40/10	Завтрак Суп молочный с лапшой 150/180 Кофейный напиток с молоком 150/180 Батон с маслом сливочным 40/10; 40/10	Завтрак Каша кукурузная молочная с маслом сливочным 150/150 Какао с молоком 150/200 Батон с маслом, сыром 40/5/5; 40/5/5	Завтрак Омлет натуральный 150/150 Кофейный напиток с молоком 150/200 Батон с маслом сливочным 40/10; 40/10	Завтрак Каша из овсяных хлопьев молочная с маслом 150/150 Кофейный напиток с молоком 150/200 Батон с маслом, сыром 40/5/5; 40/5/5	Завтрак Каша манная молочная с маслом сливочным 150/150 Какао с молоком 150/200 Батон с маслом сливочным 40/10; 40/10
Второй завтрак Сок 100/100	Второй завтрак Яблоко 100/100	Банан 100/100	Второй завтрак Апельсин 100/100	Второй завтрак Сок 100/100 Напиток из шиповника 0/100	Второй завтрак Яблоко 100/100	Второй завтрак Банан 100/100	Второй завтрак Груша 100/100	Второй завтрак Яблоко 100/100	Второй завтрак Сок 100/100 Напиток из шиповника 0/100
Обед Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом 40/60 Рассольник «Ленинградский» со сметаной 150/200 Котлета мясная 60/80 Морковь тушеная 100/130 Компот из с/ф 150/180 Хлеб пшеничный 20/30 Хлеб ржаной 30/40	Обед Салат из отварной свеклы с растительным маслом 30/50 Щи из свежей капусты со сметаной 150/180 Биточки из мяса кур 60/80 Каша гречневая рассыпчатая с овощами 120/130 Компот из с/ф 150/180 Хлеб пшеничный 20/30 Хлеб ржаной 30/40	Салат из свеклы с растительным маслом 30/50 Борщ с мясом и сметаной 150/180 Тефтели рыбные с рисом в соусе 60/80 Картофель отварной 110/130 Компот из кураги и изюма 150/200 Хлеб пшеничный 30/40 Хлеб ржаной 30/40	Обед Помидор порционный 40/50 Суп крестьянский со сметаной 150/200 Котлета из мяса индейки 60/80 Рагу из овощей 110/150 Компот из с/ф 150/200 Хлеб ржаной 30/40 Хлеб пшеничный 40/30	Обед Салат из отварной свеклы с морской капустой 30/50 Суп картофельный с рыбой 150/180 Печень говяжья по-строгановски 60/80 Макаронные изделия отварные 110/130 Напиток из шиповника 150/0 Напиток с витаминами «Виташка» 0/200 Хлеб пшеничный 0/30 Хлеб ржаной 30/40	Уплотненный полдник Запеканка творожная 130/150 Молоко стуженное 20/20 Зефир 150/180	Уплотненный полдник Булочка с овощами в омлете 130/150 Чай с молоком 150/180 Пряник 20/20	Уплотненный полдник Булочка дорожная 50/50 Запеканка капустная 130/150 Чай с лимоном 150/180	Уплотненный полдник Биточки картофельные с морковью запеченные 100/130 Пирожок с капустой 50/70 Чай с молоком 150/180	Уплотненный полдник Биточки картофельные с морковью запеченные 100/130 Пирожок с капустой 50/70 Чай с молоком 150/180
Обед Салат из моркови с растительным маслом 40/60 Суп картофельный с бобовыми 150/180 Жаркое по-домашнему 180/200 Компот из с/ф 150/180 Хлеб пшеничный 10/30 Хлеб ржаной 20/40	Обед Огулец свежий порционный 30/50 Суп-лапша на курином бульоне 150/180 Суфле из кур 50/70 Каша перловая 110/130 Напиток из шиповника 150/180 Хлеб пшеничный 20/30 Хлеб ржаной 30/40	Салат из свежей капусты с консервированной кукурузой 30/50 Борщ с мясом и сметаной 150/180 Биточки рыбные (ясли) 60 Горбуша жареная (сад) 80 Картофель отварной 110/130 Компот из с/ф 150/180 Хлеб ржаной 30/40	Обед Салат из отварной свеклы с растительным маслом 30/50 Суп из овощей со сметаной 150/180 Плов из филе индейки 180/230 Компот из кураги и изюма 150/180 Хлеб пшеничный 20/30 Хлеб ржаной 20/40	Обед Салат из свежих помидор с растительным маслом 40/60 Уха рыбацкая 150/180 Суфле из печени 60/80 Соус молочный с овощами 20/30 Картофельное пюре 120/150 Напиток из шиповника 150/0 Напиток с витаминами «Виташка» 0/200 Хлеб пшеничный 20/40 Хлеб ржаной 20/40	Уплотненный полдник Запеканка творожная 130/150 Повидло 20/20 Снежок 150/180	Уплотненный полдник Тефтели рыбные 60/70 Рагу из овощей 110/130 Чай с лимоном 150/180 Зефир 20/35	Уплотненный полдник Булочка с корицей 50/50 Каша пшеничная молочная с маслом 150/180 Чай сладкий 150/180	Уплотненный полдник Суфле творожное 130/150 Соус молочный сладкий 20/20 Йогурт 150/180	Уплотненный полдник Макаронные отварные с сыром 100/130 Слоба обыкновенная 60/60 Чай с молоком 150/180