

Примерное 20-х дневное меню в период 2017-2019 гг. для дошкольников

1 неделя

	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Завтрак 1	- Каша пшеничная молочная - Чай с сахаром - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного возраста) питания с жирностью до 45%	- Омлет натуральный, запеченный - Кофейный напиток из цикория с молоком - Масло коровье сладкосливочное несоленое - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Каша жидкая на молоке (манная) - Чай с лимоном - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Масло коровье сладкосливочное несоленое	- Запеканка из творога - Соус клеквенный - Какао на молоке - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Масло коровье сладкосливочное несоленое - Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного возраста) питания с жирностью до 45%	- Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) - Чай с сахаром - Масло коровье сладкосливочное несоленое - Хлеб из муки пшеничной первого сорта
Завтрак 2	Плоды и ягоды свежие	Плоды и ягоды свежие	Плоды и ягоды свежие	Плоды и ягоды свежие	Плоды и ягоды свежие
обед	- Салат из моркови с растительным маслом - Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне - Гуляш из отварного мяса - Изделия макаронные отварные - Сок фруктовый ДП - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано-пшеничный	- Винегрет - Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы - Рагу из мяса птицы - Напиток из плодов сухих (изюм) - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано-пшеничный	- Сельдь с луком - Рассольник домашний на мясном бульоне - Печень по-строгановски - Каша гречневая рассыпчатая - Компот из плодов сухих - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано-пшеничный	- Салат из свежих огурцов с растительным маслом - Суп из овощей на курином бульоне - Гуляш из отварной птицы - Изделия макаронные отварные - Напиток вишневый - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано-пшеничный	- Икра из уваренных кабачков - Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) - Рыба запеченная с картофелем, по-русски - Сок фруктовый ДП - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано-пшеничный
Полдник	- Оладьи - Повидло - Кисломолочный напиток	- Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) - Булочка с изюмом - Кисломолочный напиток	- Пудинг из творога запеченный - Печенье - Кисломолочный напиток	- Запеканка овощная - Булочка городская - Кисломолочный напиток	- Пудинг манный - Соус абрикосовый - Кисломолочный напиток
Ужин	- Биточки рубленые куриные - Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом - Компот из плодов свежих - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Тефтели рыбные - Капуста тушеная - Кисель из клюквы быстрозамороженной - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Шницель рубленый куриный - Свекла тушеная - Напиток смородина - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Тефтели мясные с соусом собственного производства - Рис отварной - Компот из плодов свежих (апельсин) - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Помидоры свежие - Рагу из мяса птицы - Напиток витаминный - Хлеб из муки пшеничной первого сорта
	Вода питьевая детская	Вода питьевая детская	Вода питьевая детская	Вода питьевая детская	Вода питьевая детская

2 Неделя

	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Завтрак 1	<ul style="list-style-type: none"> - Омлет натуральный, запеченный -Кофейный напиток злаковый на молоке - Масло коровье сладкосливочное несоленое -Хлеб из муки пшеничной первого сорта 	<ul style="list-style-type: none"> - Суфле творожное запеченное -Соус клюквенный -Чай с лимоном - Масло коровье сладкосливочное несоленое -Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45 % -Хлеб из муки пшеничной первого сорта 	<ul style="list-style-type: none"> -Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) -Какао на молоке -Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Масло коровье сладкосливочное несоленое 	<ul style="list-style-type: none"> -Каша жидкая на молоке (гречневая) -Чай с сахаром -Хлеб из муки пшеничной первого сорта -Масло коровье сладкосливочное несоленое 	<ul style="list-style-type: none"> -Запеканка из творога -Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности -Кофейный напиток из цикория с молоком - Масло коровье сладкосливочное несоленое -Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного возраста) питания с жирностью до 45% -Хлеб из муки пшеничной первого сорта
Завтрак 2	Плоды и ягоды свежие	Плоды и ягоды свежие	Плоды и ягоды свежие	Плоды и ягоды свежие	Плоды и ягоды свежие
Обед	<ul style="list-style-type: none"> - Салат из моркови с растительным маслом -Суп с клецками на мясном бульоне -Азу из мяса отварного -Каша гречневая рассыпчатая - Компот из плодов сухих -Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано-пшеничный 	<ul style="list-style-type: none"> - Салат из сборных овощей -Суп картофельный с бобовыми (горох) -Сухарики из хлеба пшеничного -Тефтели рыбные - Изделия макаронные отварные -Напиток вишневый -Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано- пшеничный 	<ul style="list-style-type: none"> -Салат из капусты с растительным маслом -Борщ с капустой и картофелем -Биточки рубленые куриные -Рагу из овощей -Сок фруктовый ДП -Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано- пшеничный 	<ul style="list-style-type: none"> -Салат из помидоров с растительным маслом -Суп из овощей на мясном бульоне -Запеканка картофельная с мясом отварным -Кисель из клюквы быстрозамороженной -Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано- пшеничный 	<ul style="list-style-type: none"> -Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата -Рассольник Ленинградский -Печень по- строгановски -Изделия макаронные отварные -Сок фруктовый ДП -Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано- пшеничный
Полдник	<ul style="list-style-type: none"> - Лепешки картофельные - Соус сметанный - Кисломолочный напиток 	<ul style="list-style-type: none"> - Каша пшеничная молочная -Булочка любимая - Кисломолочный напиток 	<ul style="list-style-type: none"> -Сырники по-киевски - Кисломолочный напиток 	<ul style="list-style-type: none"> -Запеканка со свежими плодами -Булочка Городская - Кисломолочный напиток 	<ul style="list-style-type: none"> -Оладьи -Повидло - Кисломолочный напиток
Ужин	<ul style="list-style-type: none"> - Котлеты рубленые из птицы (цыпленка) собственного производства, запеченные с соусом молочным -Овощи запеченные -Напиток яблочный -Хлеб из муки пшеничной первого сорта 	<ul style="list-style-type: none"> -Огурцы свежие - Голубцы ленивые -Компот из плодов свежих -Хлеб из муки пшеничной первого сорта 	<ul style="list-style-type: none"> -Кнели рыбные отварные собственного производства - Рис отварной -Кисель из смородины -Хлеб из муки пшеничной первого сорта 	<ul style="list-style-type: none"> -Капуста, тушенная с мясом -Печенье -Масло коровье сладкосливочное несоленое -Напиток из плодов сухих (изюм) -Хлеб из муки пшеничной первого сорта 	<ul style="list-style-type: none"> -Гуляш из отварной птицы -Свекла тушенная -Компот из плодов свежих -Хлеб из муки пшеничной первого сорта
	Вода питьевая детская	Вода питьевая детская	Вода питьевая детская	Вода питьевая детская	Вода питьевая детская

3 Неделя

	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Завтрак 1	- Каша манная молочная - Чай с лимоном - Масло коровье сладкосливочное несоленое - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Пудинг из творога запеченный - Соус клюквенный - Кофейный напиток злаковый на молоке - Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45 % - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсянных) - Чай с сахаром - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Масло коровье сладкосливочное несоленое	- Каша жидкая на молоке (манная) - Какао на молоке - Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45 % - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Омлет натуральный, запеченный - Кофейный напиток из цикория с молоком - Масло коровье сладкосливочное несоленое - Хлеб из муки пшеничной первого сорта
Завтрак 2	Фрукты и ягоды свежие	Фрукты и ягоды свежие	Фрукты и ягоды свежие	Фрукты и ягоды свежие	Фрукты и ягоды свежие
Обед	- Икра из уваренных кабачков - Уха Ростовская - Рагу из мяса птицы - Компот из плодов сухих - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано-пшеничный	- Салат из свежих огурцов с растительным маслом - Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне - Гуляш из отварного мяса - Рис отварной - Сок фруктовый ДП - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано- пшеничный	- Салат из капусты с растительным маслом - Суп картофельный с бобовыми (горох) - Сухарики из хлеба пшеничного - Рыба (филе) запеченная - Изделия макаронные отварные - Напиток вишневый - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано- пшеничный	- Сельдь с луком - Суп с клецками на мясном бульоне - Запеканка картофельная с мясом отварным - Сок фруктовый ДП - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано- пшеничный	- Салат Мозаика - Щи из капусты свежей на мясном бульоне с мелкошинкованными овощами - Суфле из отварного мяса (говядина) - Рис отварной - Напиток из плодов сухих (изюм) - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано- пшеничный
Полдник	- Макароны запеченные с яйцом - Печенье - Кисломолочный напиток	- Запеканка овощная - Ватрушка с повидлом - Кисломолочный напиток	- Оладья - Повидло - Кисломолочный напиток	- Запеканка со свежими фруктами - Печенье - Кисломолочный напиток	- Лапшевники с творогом - Булочка Любимая - Кисломолочный напиток
Ужин	- Фрикадельки мясные паровые собственного производства - Картофель отварной - Напиток яблочный - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Помидоры свежие - Капуста, тушенная с маслом - Компот из плодов свежих (апельсин) - Мармелад - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным - Каша гречневая рассыпчатая - Кисель абрикосовый - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Тефтели мясные с соусом собственного производства - Рагу из овощей - Напиток витаминный - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Тефтели рыбные - Пюре картофельное - Компот из плодов свежих - Хлеб из муки пшеничной первого сорта
	Вода питьевая детская	Вода питьевая детская	Вода питьевая детская	Вода питьевая детская	Вода питьевая детская

4 Неделя

	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Завтрак 1	- Каша пшеничная молочная - Чай с лимоном - Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45 % - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Суфле творожное запеченное - Соус клюквенный - Кофейный напиток злаковый на молоке - Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45 % - Масло коровье сладкосливочное несоленое - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) - Чай с сахаром - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Масло коровье сладкосливочное несоленое - Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45 %	- Омлет натуральный, запеченный - Какао на молоке - Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45 % - Масло коровье сладкосливочное несоленое - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Пудинг из творога запеченный - Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности - Кофейный напиток злаковый на молоке - Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45 % - Масло коровье сладкосливочное несоленое - Хлеб из муки пшеничной первого сорта
Завтрак 2	Фрукты и ягоды свежие	Фрукты и ягоды свежие	Фрукты и ягоды свежие	Фрукты и ягоды свежие	Фрукты и ягоды свежие
Обед	- Салат из моркови с сахаром - Рассольник Ленинградский - Котлеты мясные рубленые собственного производства, запеченные с молочным соусом - Каша гречневая рассыпчатая - Сок фруктовый ДП - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано-пшеничный	- Салат из помидоров свежих и яблок - Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне - Бефстроганов из мяса отварного - Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом - Компот из плодов сухих - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано-пшеничный	- Винегрет - Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы - Рагу из мяса птицы - Кисель из клюквы быстрозамороженной - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано-пшеничный	- Салат витаминный с растительным маслом - Суп картофельный с бобовыми (горох) - Сухарики из хлеба пшеничного - Рыба (филе) припущенная - Рис отварной - Сок фруктовый ДП - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано-пшеничный	- Икра из уваренных кабачков - Щи из капусты свежей - Суфле из печени - Соус сметанный - Пюре картофельное - Компот из плодов сухих - Хлеб из муки пшеничной первого сорта - Хлеб ржано-пшеничный
Полдник	- Сырники по-киевски - Кисломолочный напиток	- Оладьи - Повидло - Кисломолочный напиток	- Пудинг манный - Соус абрикосовый - Кисломолочный напиток	- Запеканка со свежими плодами - Булочка с изюмом - Кисломолочный напиток	- Каша жидкая на молоке (гречневая) - Печенье - Кисломолочный напиток
Ужин	- Печень по-строгоновски - Изделия макаронные отварные - Компот из плодов свежих (яблоки) - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Фрикадельки мясные паровые собственного производства - Капуста, тушенная - Напиток смородины - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Тефтели рыбные - Картофель отварной - Напиток из цитрусовых - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Огурцы консервированные без уксуса - Макароны, запеченные с сыром - Компот из плодов свежих - Хлеб из муки пшеничной первого сорта	- Котлеты мясные рубленые собственного производства с соусом молочным - Рагу из овощей - Кисель из смородины - Хлеб из муки пшеничной первого сорта
	Вода питьевая детская	Вода питьевая детская	Вода питьевая детская	Вода питьевая детская	Вода питьевая детская