

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 2 имени Ж.И. Алфёрова г. Туринска
дошкольный отдел Ерзовской ООШ

Утверждаю:

«1» ноября 2018 г.



Е.В.Медведева

10- дневное меню
на период осень-зима - весна

Понедельник 1	до 3-х лет
Завтрак	
Салат из репчатого лука	40
Каша манная	180
Кофейный напиток с молоком	180
Хлеб с маслом	30/6
2 завтрак	
Сок яблочно- виноградный	100
Обед	
Рассольник со сметаной	200/4
Плов с мясом куры	100
Компот из сухофруктов	180
Хлеб	40
Полдник	
Рыба в сметанном соусе	60
Макароны отварные	100
Чай с молоком	180
Хлеб	20

2 день	до 3-х лет
Завтрак	
Салат из моркови с сахаром	40
Пудинг творожный со сгущённым молоком	77/15
Какао с молоком	180
Хлеб с маслом	30/6
2 завтрак	
Сок яблочный	100
Обед	
Свекольник со сметаной	200/4
Птица, тушенная в соусе с овощами	150
Кисель	180
Хлеб	40
Полдник	
Каша геркулес	180
Чай с молоком	180
Хлеб	20

3 день	до 3-х лет
Завтрак	
Винегрет	40
Сырники творожные со сгущ. молоком	120/15
Кофейный напиток с молоком	180
Хлеб с маслом	30/6
2 завтрак	
Сок виноградный	100
Обед	
Суп картофельный с крупой	200
Капуста тушёная	100
Котлета куриная	60
Компот из кураги	180
Хлеб	40
Полдник	
Каша пшено	180
Хлеб	20
Яйцо отварное	1
Чай	180

4 день	до 3-х лет
Завтрак	
Салат из свежей капусты	40
Каша ассорти	180
Какао с молоком	180
Хлеб с маслом и сыром	30/6/11
2 завтрак	
Сок яблочно- виноградный	100
Обед	
Суп с рыбной консервой	200/4
Котлета рубленая из говядины	45
Картофельное пюре	100
Томатный подлив	30
Компот из изюма	180
Хлеб	40
Полдник	
Булочка дорожная	70
Чай с сахаром	180
Банан	200
Хлеб	20

5 день	до 3-х лет
Завтрак	
Суп молочный с рисом	180
Кофейный напиток с молоком	180
Хлеб с маслом, сыром	30/6 11
2 завтрак	
Сок виноградный	100
Обед	
Салат из свеклы	40
Суп пюре из картофеля с гренками	200/12
Фрикадельки куриные	60
Греча отварная	100
Томатный подлив	30
Компот из сухофруктов	180
Хлеб	40
Полдник	
Омлет	65
Молоко	180
Конфеты	30
Хлеб	20

6 день	до 3-х лет
Завтрак	
Салат из моркови с сахаром	40
Каша рисовая	180
Хлеб с маслом	30/6
Кофейный напиток с молоком	180
2 завтрак	
Сок яблочно- виноградный	100
Обед	
Суп картофельный с бобовыми	200
Котлета куриная	60
Макароны отварные	100
Томатный подлив	30
Компот из кураги	180
Хлеб	40
Полдник	
Биточки рыбные с овощами	50
Перловка отварная	100
Томатный подлив	30
Чай с молоком	180
Хлеб	20

<i>7 день</i>	<i>до 3-х лет</i>
Завтрак	
Запеканка творожная с повидлом	100\15
Какао с молоком	180
Хлеб с маслом	30/6
2 завтрак	
Сок яблочный	100
Обед	
Щи из свежей капусты со сметаной	200/4
Биточки куриные	60
Картофельное пюре	100
Томатный подлив	30
Компот из сухофруктов	180
Хлеб	40
Полдник	
Салат из свеклы	40
Каша гречневая	180
Чай с сахаром	180
Хлеб	20
Печенье	30

8 день	до 3-х лет
Завтрак	
Вареники ленивые со сгущ. молоком	120/15
Винегрет	40
Кофейный напиток с молоком	180
Хлеб с маслом	30/6
2 завтрак	
Сок виноградный	100
Обед	
Суп- пюре из картофеля с гренками	200/12
Фрикадельки куриные	60
Капуста тушёная	100
Компот из кураги	180
Хлеб	40
Полдник	
Омлет	65
Чай с молоком	180
Хлеб	20

9 день	до 3-х лет
Завтрак	
Салат из картофеля с солёным огурцом	40
Суп молочный с макаронами	180
Какао с молоком	180
Хлеб с маслом, сыром	30/6/11
2 завтрак	
Сок яблочно- виноградный	100
Обед	
Борщ со сметаной	200/4
Запеканка картофельная с мясом	125
Соус сметанный	15
Компот из сухофруктов	180
Хлеб	40
Полдник	
Блины/оладьи с повидлом	80/15
Чай с сахаром	180
яблоко	200

10 день	до 3-х лет
Завтрак	
Каша ячневая	180
Кофейный напиток с молоком	180
Хлеб с маслом, сыром	30/6/11
Салат из капусты	40
2 завтрак	
Сок яблочный	100
Обед	
Суп картофельный с макаронами	200
Сосиски отварные	80
Рис отварной	100
Томатный подлив	30
Компот из изюма	180
Хлеб	40
Полдник	
Маннй пудинг	140
Чай с молоком	180
Хлеб	20
Печенье	30