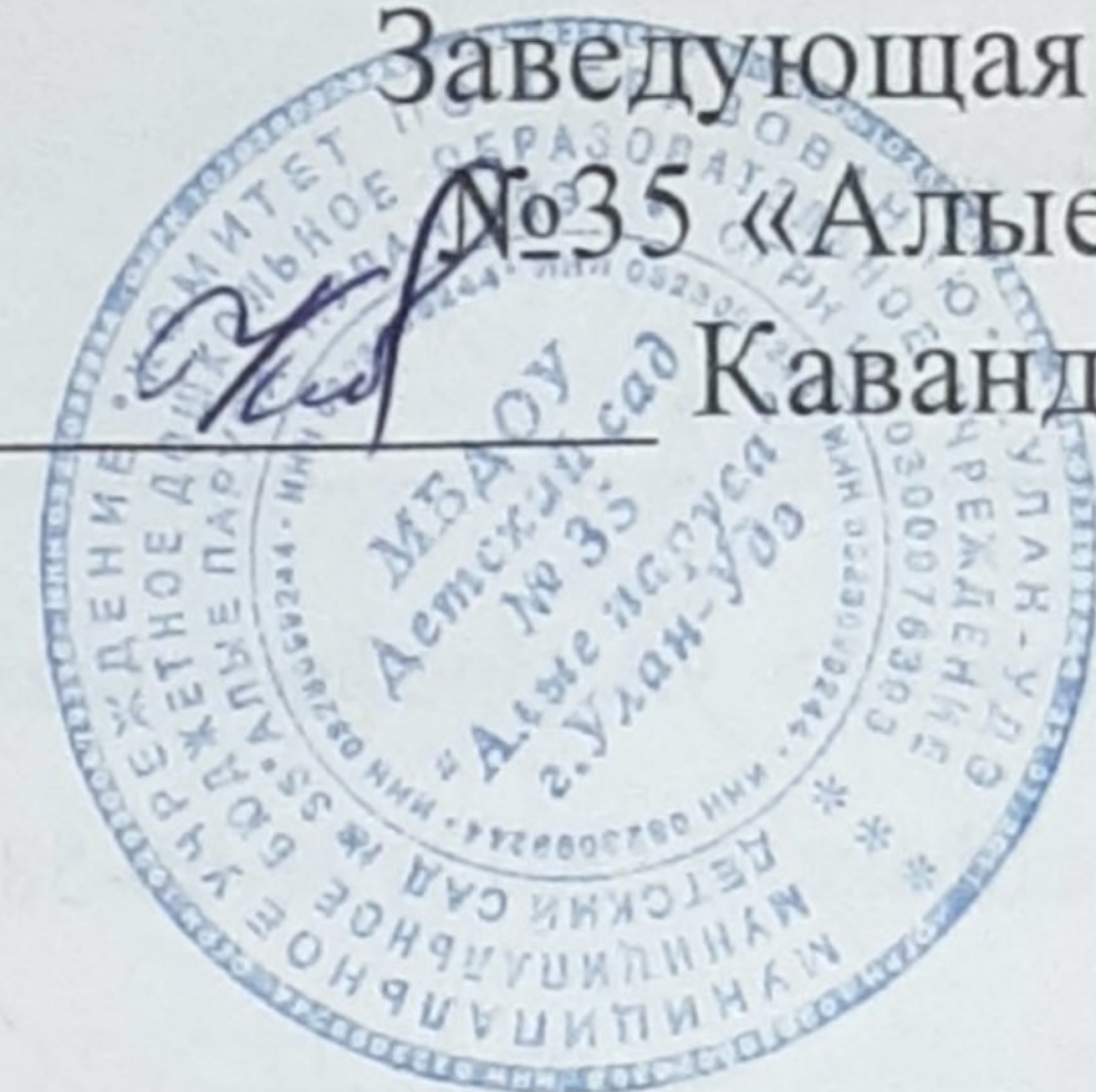


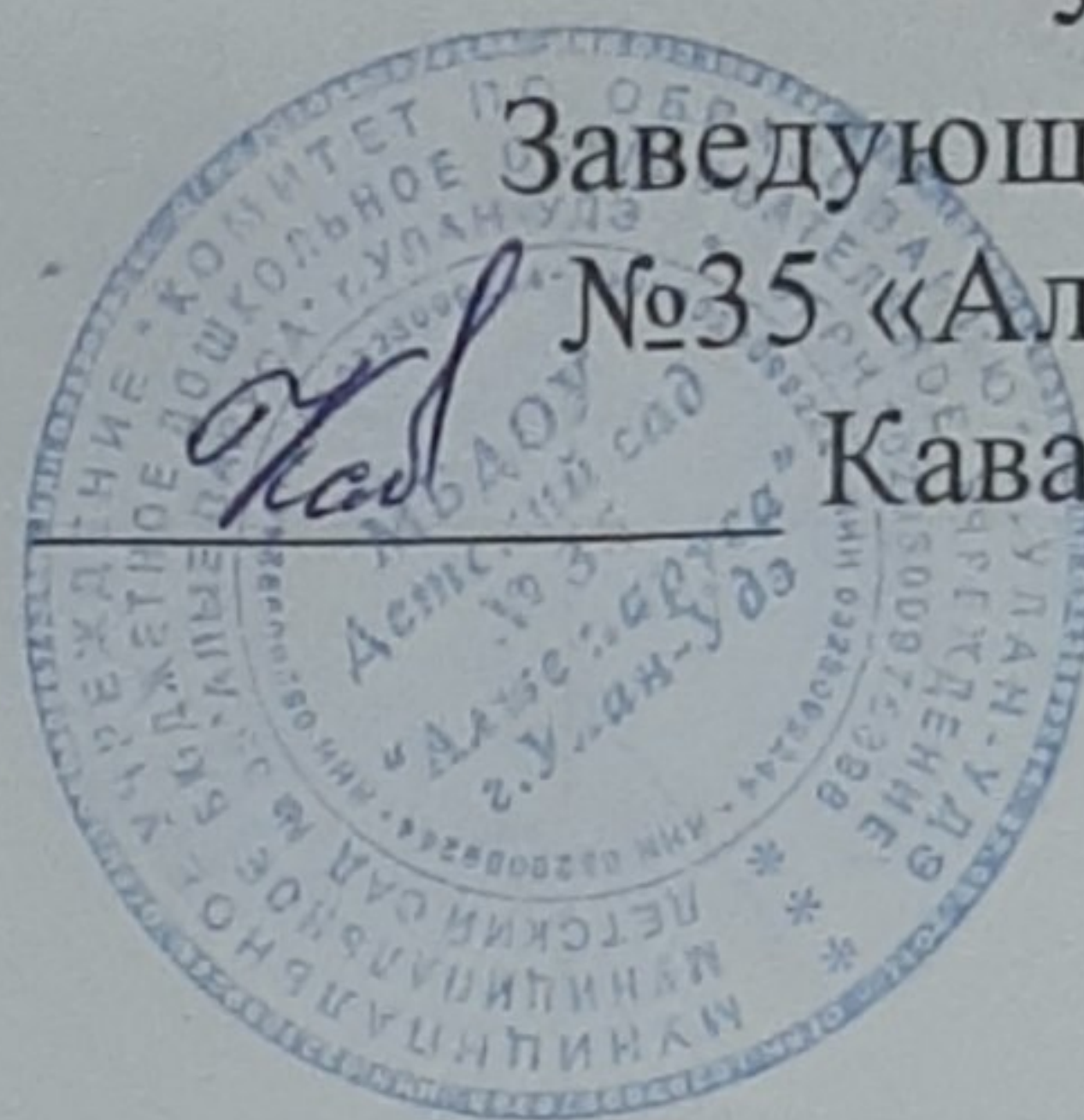
Утверждаю:  
Заведующая МБДОУ  
№35 «Алые паруса»  
Кавандина Н.А.



1 день

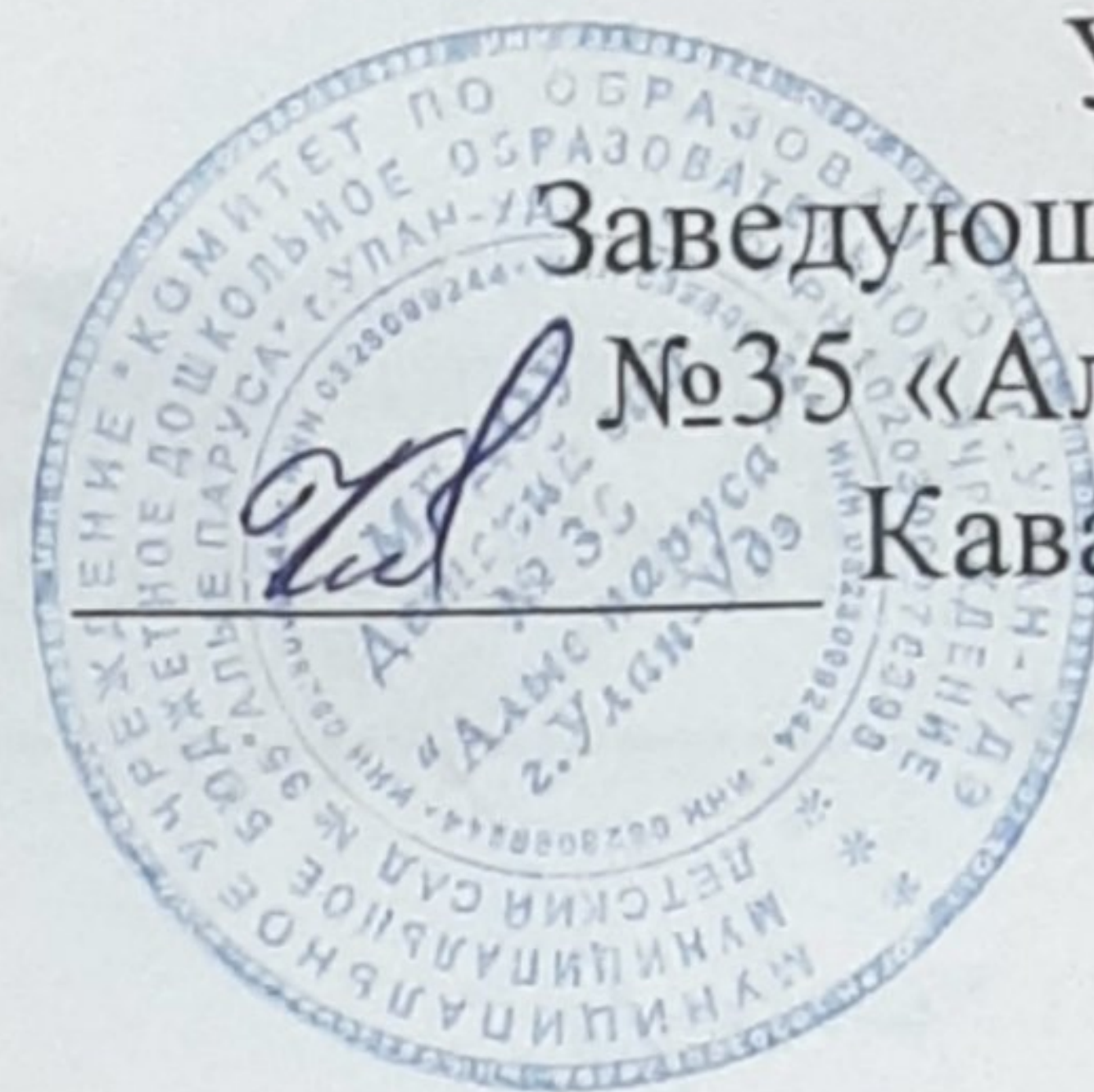
Наименование блюда	Выход блюда, г.	
	ЯСЛИ	САД
<b>Завтрак</b>		
Каша «Гречневая» на молоке с сахаром	150	200
Батон с джемом	20/4	30/5
Чай без сахара	150	200
<b>2ой завтрак</b>		
Сок фруктовый	100	150
<b>Обед</b>		
Суп «Гороховый» на м/б	200	250
Рис отварной	150	200
Гуляш из свинины в красном соусе	50/20	50/30
Компот из ягод (Шиповник)	150	200
Хлеб	50	50
<b>Полдник</b>		
Кондитерское изделие (Печенье «Земляничное»)	50	50
Чай без сахара	150	200
<b>Ужин</b>		
Ватрушка с творогом	80	80
Чай без сахара	150	200

Утверждаю:  
Заведующая МБДОУ  
№35 «Алые паруса»  
Кавандина Н.А.



2 день

Наименование блюда	Выход блюда, г	
	ЯСЛИ	САД
<b>Завтрак</b>		
Каша «Геркулес» на молоке с сахаром	150	200
Батон с маслом	20/4	30/5
Чай с сахаром и лимоном	150/9	200/12
<b>2ой завтрак</b>		
Груша	шт	шт
<b>Обед</b>		
Суп «Харчо» на м/б	200	250
Перловка отварная	150	200
Голубец ленивый в красном соусе	50/20	50/30
Икра свекольная (Порционно)	20	30
Компот из сухофруктов	150	200
Хлеб	50	50
<b>Полдник</b>		
Кондитерское изделие (Коржик «Молочный»)	50	50
Чай с молоком	150	200
<b>Ужин</b>		
Макароны с сыром	150/20	200/25
Чай с сахаром	150/9	200/12
Хлеб	50	50

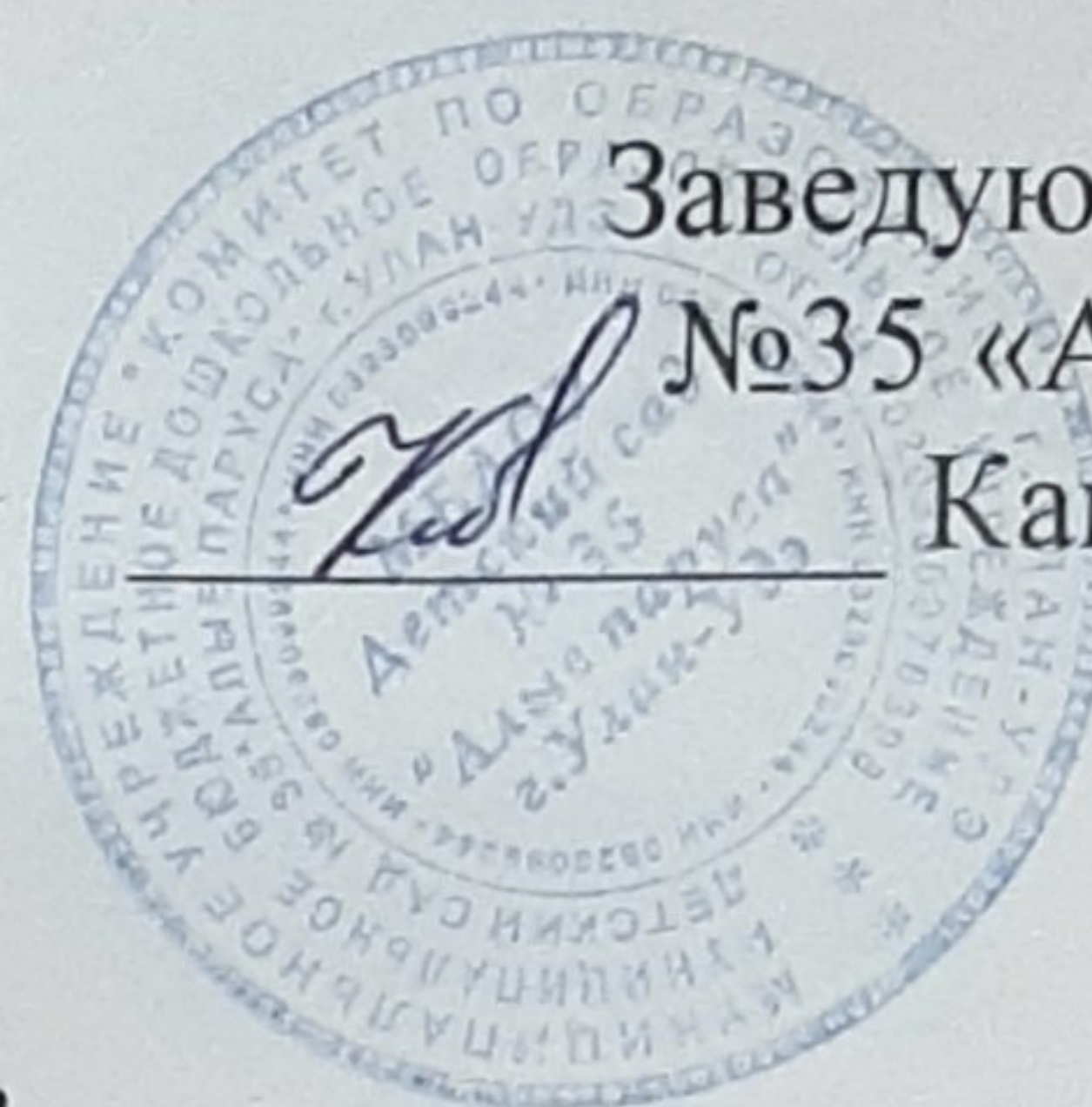


Утверждаю:  
Заведующая МБДОУ  
№35 «Алые паруса»  
Кавандина Н.А.

3 день

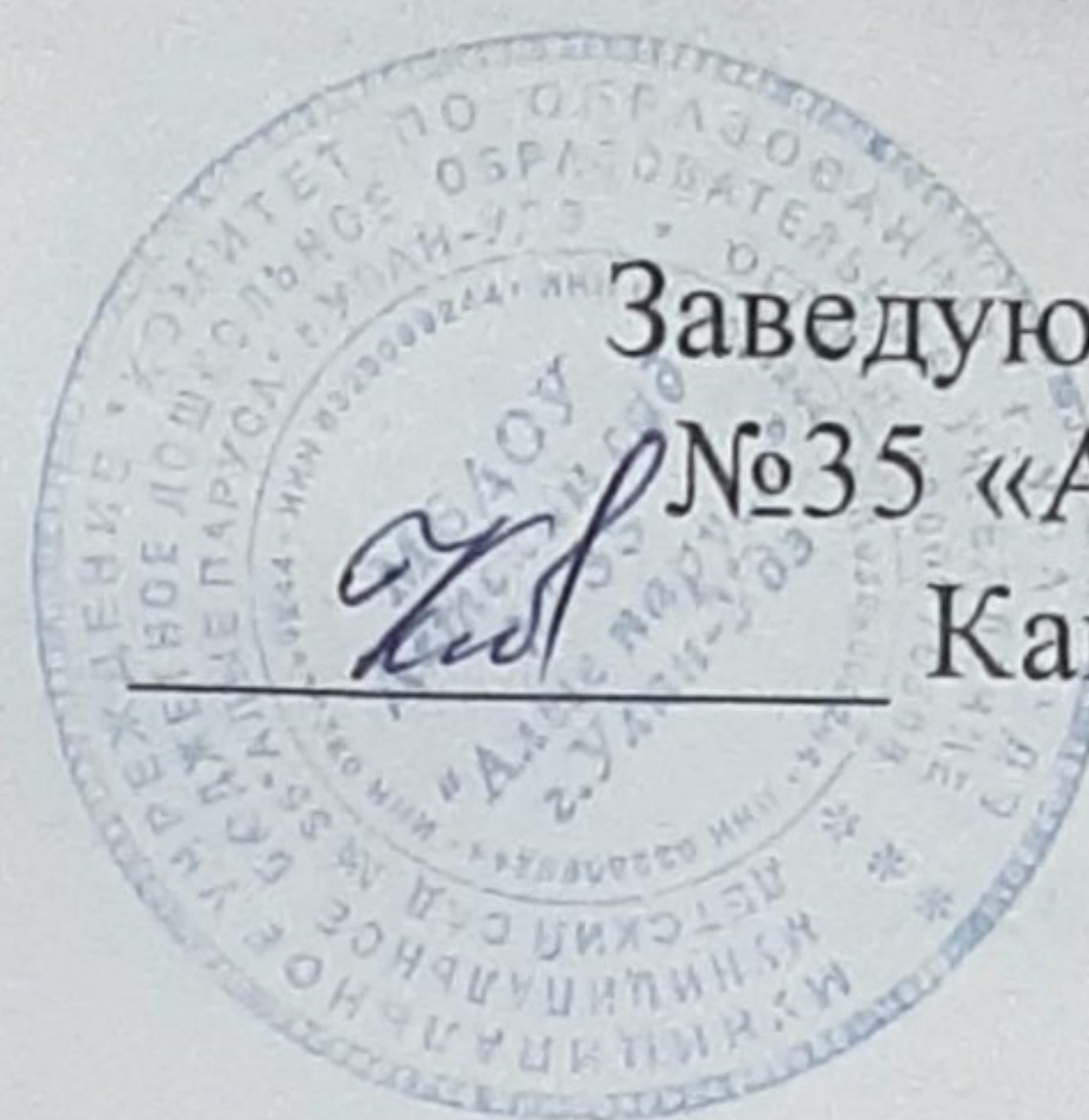
Наименование блюда	Выход блюда, г	
	ЯСЛИ	САД
<b>Завтрак</b>		
Каша «Манная» на молоке с сахаром	150	200
Чай с сахаром	150/9	200/12
Батон с маслом	20/4	30/5
<b>2ой завтрак</b>		
Сок фруктовый	100	150
<b>Обед</b>		
Суп «Свекольник» со сметаной на м/б	200	250
Рагу овощное с мясом	150	200
Компот из ягод (Облепиха)	150	200
Хлеб	50	50
<b>Полдник</b>		
Кондитерское изделие (Кекс «Шарлотка»)	50	50
Чай без сахара	150	200
<b>Ужин</b>		
Омлет натуральный	80	80
Чай с сахаром	150/9	200/12
Хлеб	50	50

Утверждаю:  
Заведующая МБДОУ  
№35 «Алые паруса»  
Кавандина Н.А.



4 день

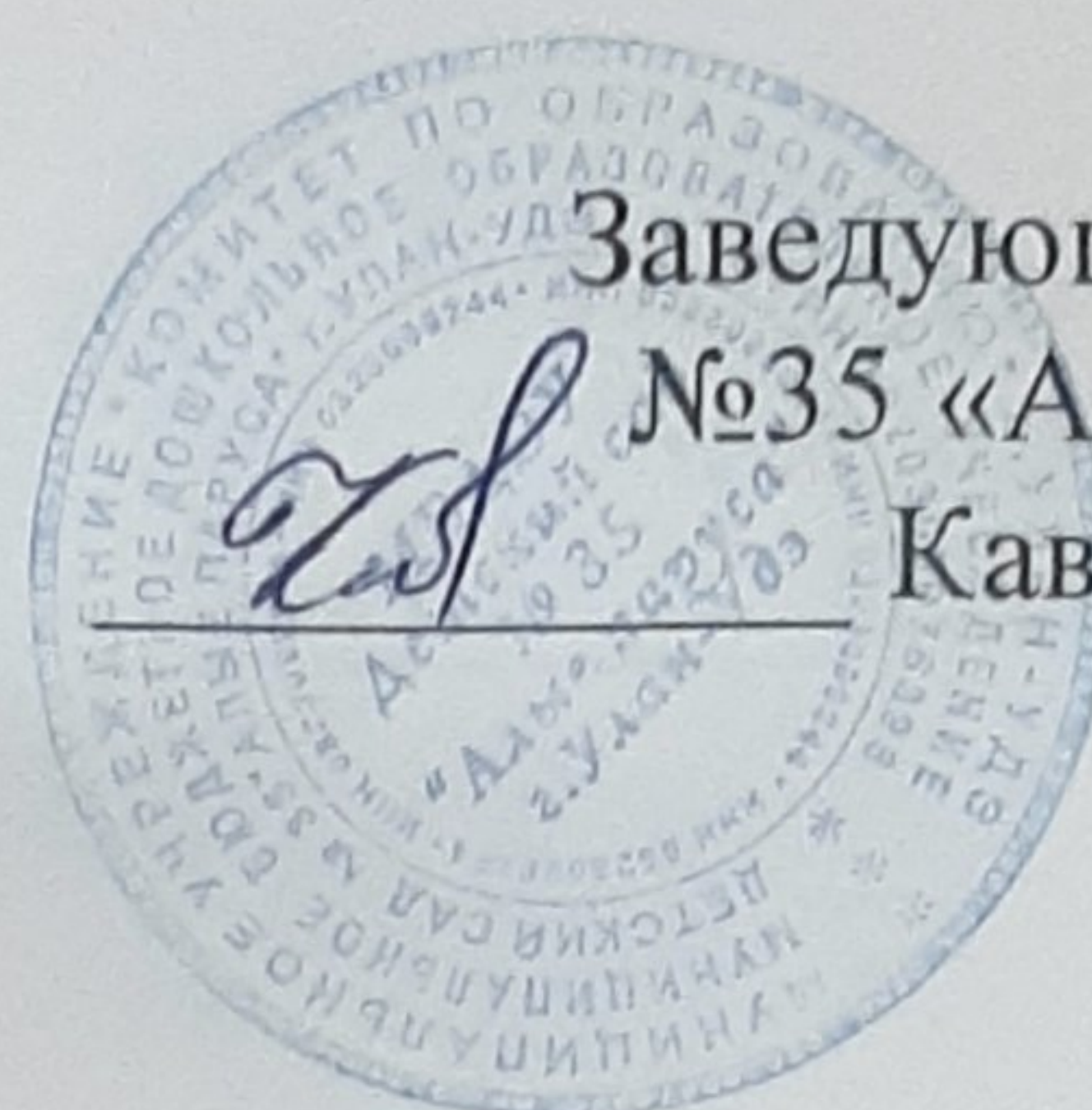
Наименование блюда	Выход блюда, г	
	ЯСЛИ	САД
<b>Завтрак</b>		
Суп молочный с вермишелью	150	200
Батон с маслом и сыром	20/3	30/4
Чай с сахаром	150	200
<b>2ой завтрак</b>		
Яблоко	шт.	шт.
<b>Обед</b>		
Суп «Щи» на м/б	200	250
Макароны отварные	150	200
Гуляш из индейки в красном соусе	60/20	60/30
Компот из сухих фруктов (Курага, чернослив, изюм)	150	200
Хлеб	50	50
<b>Полдник</b>		
Кондитерское изделие (Зефир «Ванильный»)	50	50
Чай без сахара	150	200
<b>Ужин</b>		
Гречка отварная	150	200
Биточки из горбуши	80	80
Чай с сахаром	150/9	200/12
Хлеб	50	50



Утверждаю:  
Заведующая МБДОУ  
№35 «Алые паруса»  
Кавандина Н.А.

5 день

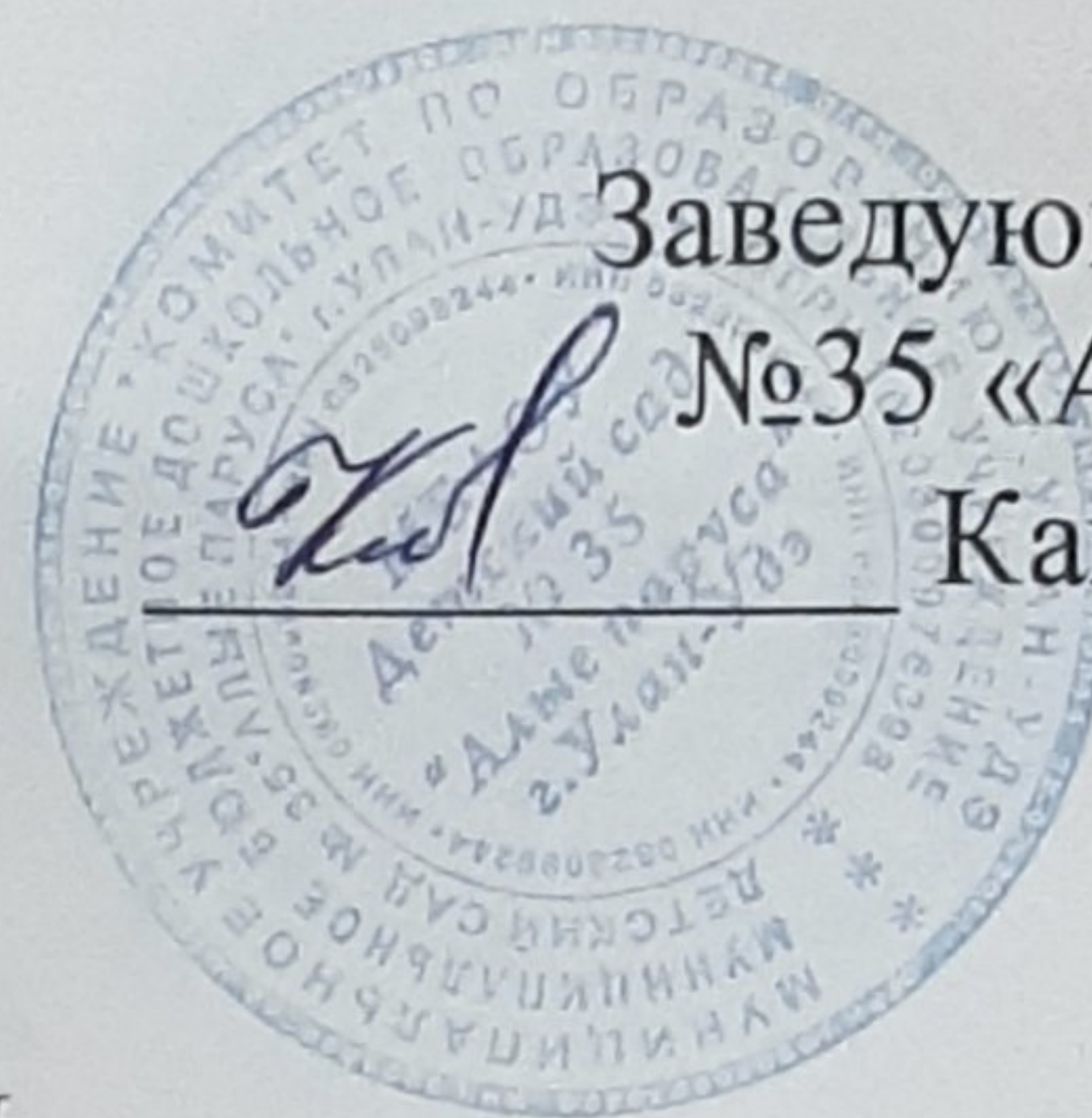
Наименование блюда	Выход блюда, г	
	ЯСЛИ	САД
<b>Завтрак</b>		
Каша «Пшённая» на молоке с сахаром	150	200
Конфеты «Желейные»	шт.	шт.
Чай без сахара	150	200
Батон с маслом	20/4	30/5
<b>2ой завтрак</b>		
Кисломолочный продукт «Снежок»	100	150
<b>Обед</b>		
Суп «Шахтёрский» на м/б	200	250
Плов с мясом	150	200
Икра кабачковая (Порционно)	20	30
Кисель	150	200
Хлеб	50	50
<b>Полдник</b>		
Кондитерское изделие (Вафли «Сливочные»)	50	50
Чай без сахара	150	200
<b>Ужин</b>		
Горячие бутерброды с сыром	80	80
Чай с сахаром	150/9	200/12



Утверждаю:  
Заведующая МБДОУ  
№35 «Алые паруса»  
Кавандина Н.А.

6 день

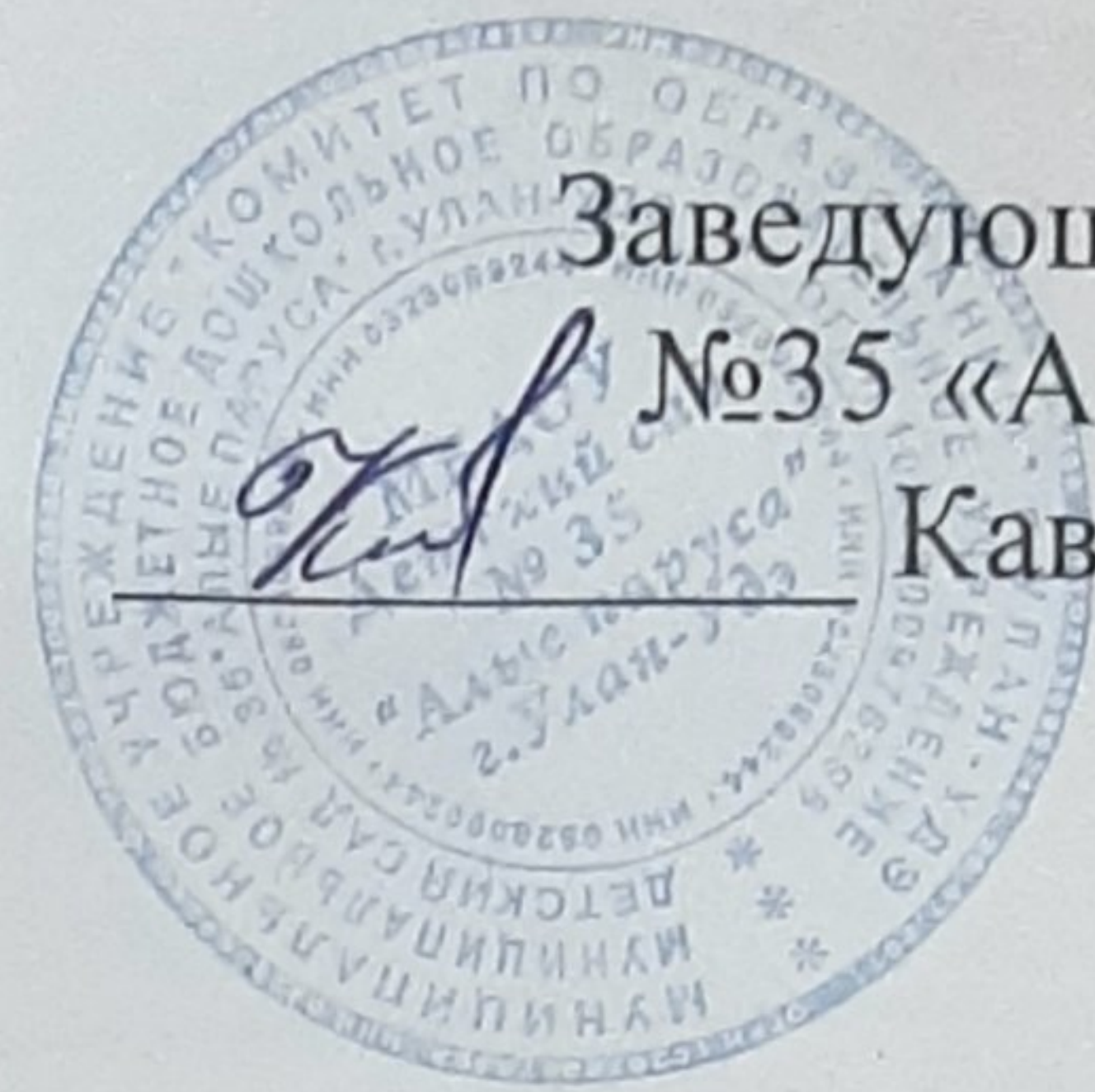
Наименование блюда	Выход блюда, г.	
	ЯСЛИ	САД
<b>Завтрак</b>		
Каша «Кукурузная» на молоке с сахаром	150	200
Батон с маслом и сыром	20/3/6	30/4/8
Чай с сахаром	150/9	200/12
<b>2ой завтрак</b>		
Банан	шт.	шт.
<b>Обед</b>		
Суп «Борщ» со сметаной на м/б	200	250
Макаронны отварные	150	200
Бефстроганов из говядины в красном соусе	60/20	60/30
Салат из горошка и кукурузы (Порционно)	20	30
Компот из сухофруктов	150	200
Хлеб	50	50
<b>Полдник</b>		
Кондитерское изделие (Калачик «Сметанный»)	50	50
Чай без сахара	150	200
<b>Ужин</b>		
Яйцо отварное	150	200
Чай с сахаром	150/9	200/12
Хлеб	50	50



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
№35 «Алые паруса»  
Кавандина Н.А.

7 день

Наименование блюда	Выход блюда, г	
	ЯСЛИ	САД
<b>Завтрак</b>		
Каша «Дружба» на молоке с сахаром	150	200
Батон с повидлом	20/4	30/5
Чай без сахара	150	200
<b>2-ой завтрак</b>		
Груша	шт.	шт.
<b>Обед</b>		
Суп «Гороховый» на м/б	200	250
Рис отварной	100	150
Гуляш в красном соусе	60/20	60/20
Компот из ягод (Шиповник)	150	200
Хлеб	50	50
<b>Полдник</b>		
Кондитерское изделие (Коржик «Молочный»)	50	50
Чай с молоком	150	200
<b>Ужин</b>		
Макароны с сыром	150	200
Чай с сахаром	150	200
Хлеб	50	50



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
№35 «Алые паруса»  
Кавандина Н.А.

8 день

Наименование блюда	Выход блюда, г	
	ЯСЛИ	САД
<b>Завтрак</b>		
Каша «Геркулес» на молоке	150	200
Батон с маслом	20/4	30/5
Чай с сахаром	150/9	200/12
<b>2ой завтрак</b>		
Йогурт фруктовый	150	200
<b>Обед</b>		
Суп «Рассольник» со сметаной на м/б	200	250
Гречка отварная	150	200
Биточки из индейки в красном соусе	50/20	50/30
Компот из ягод (Вишня)	150	200
Хлеб	50	50
<b>Полдник</b>		
Кондитерское изделие (Печенье «Топлённое молоко»)	70	70
Чай с сахаром	150	200
<b>Ужин</b>		
Расстегай с рыбой	80	80
Чай с сахаром	150/9	200/12



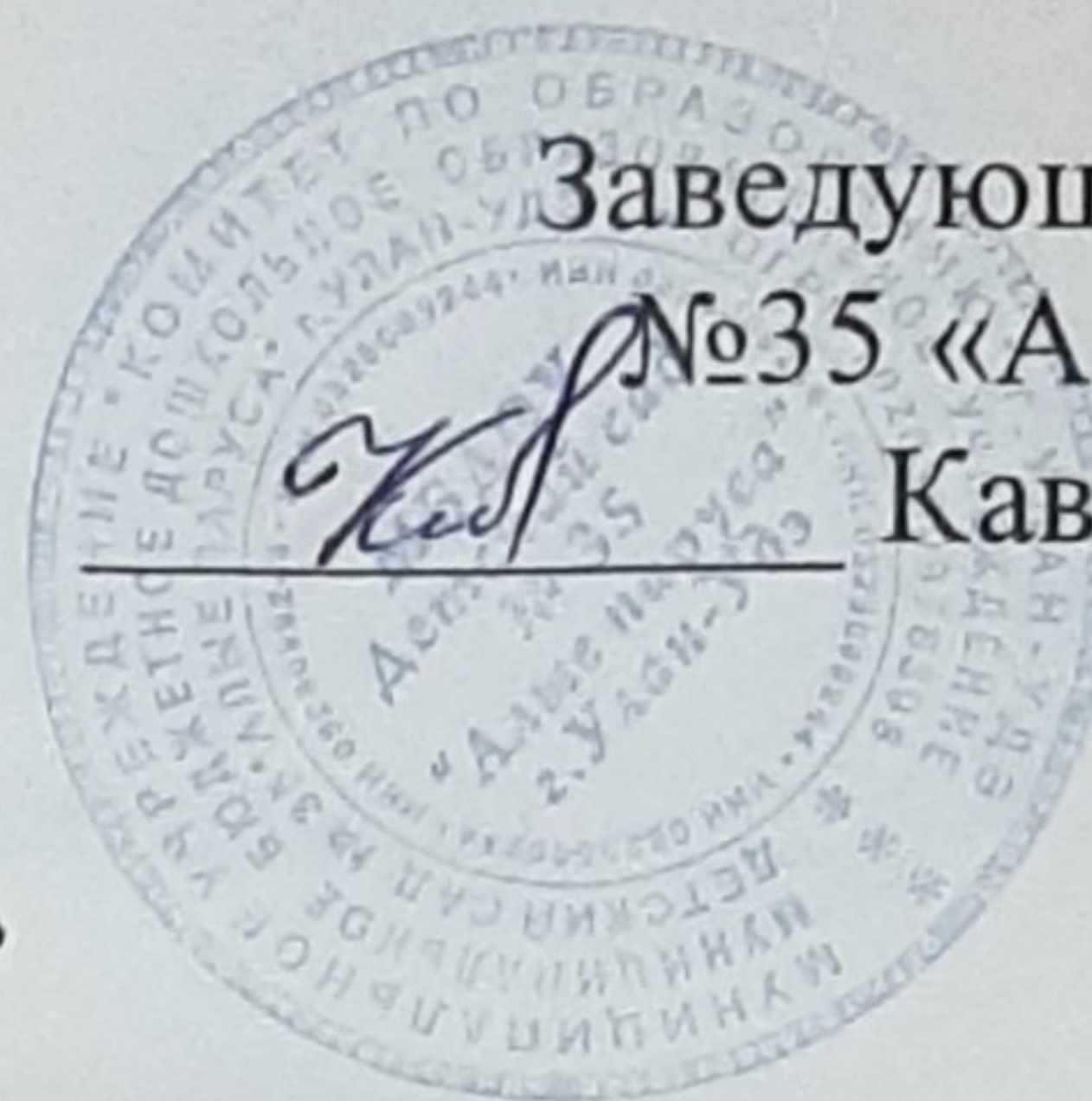


Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
№35 «Алые паруса»  
Кавандина Н.А.

9 день

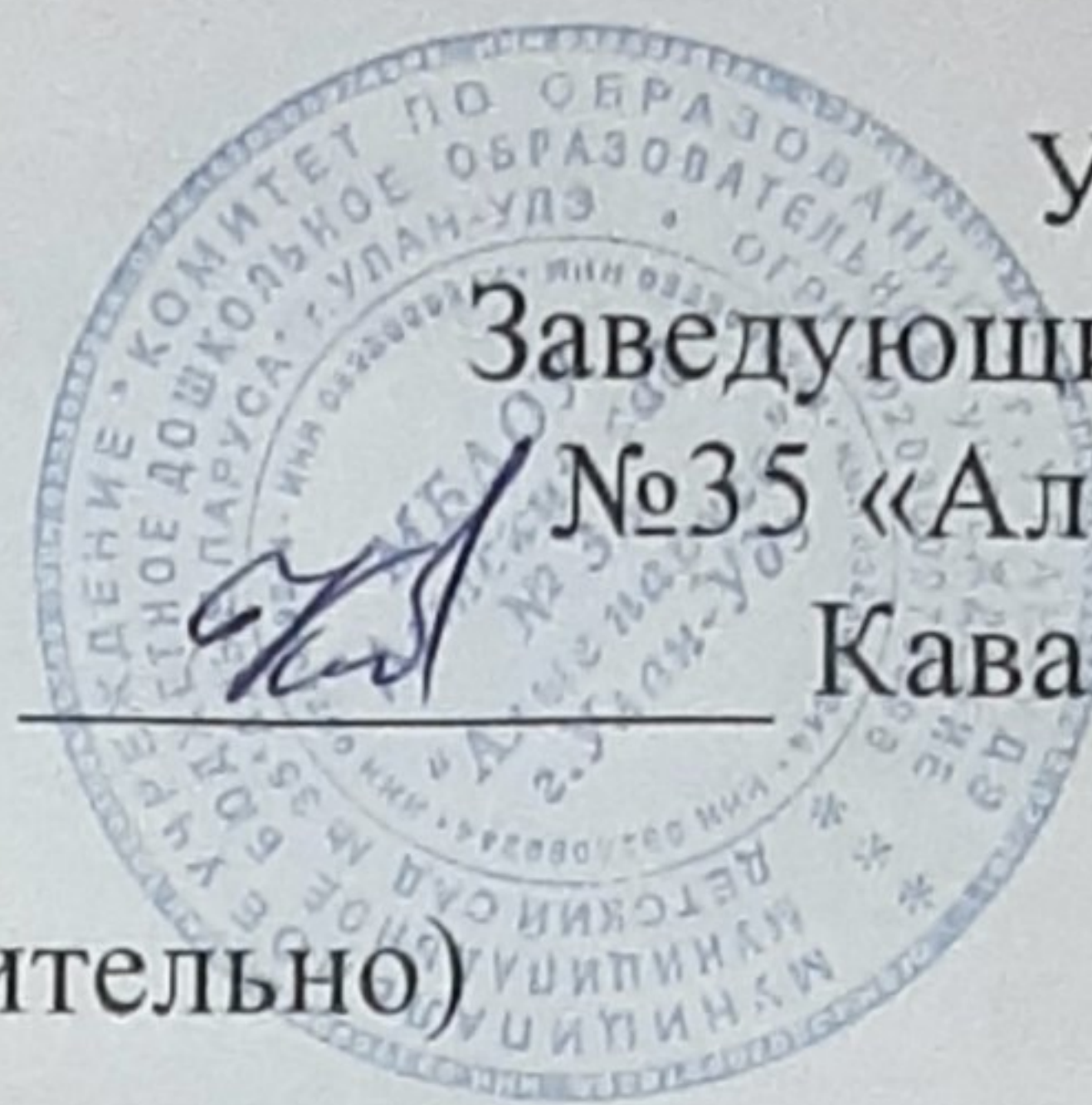
Наименование блюда	Выход блюда, г	
	ЯСЛИ	САД
<b>Завтрак</b>		
Каша «Пшённая» на молоке с сахаром	150	200
Чай с сахаром	150/9	200/12
Батон с маслом и сыром	50/4	50/5
<b>2ой завтрак</b>		
Сок фруктовый	100	150
<b>Обед</b>		
Суп «Харчо» на м/б	200/20	250/30
Макаронны отварные	100	150
Сосиска отварная в красном соусе	80/20	80/20
Компот из сухих фруктов (Курага, изюм, чернослив)	150	200
Хлеб	50	50
<b>Полдник</b>		
Кондитерское изделие (Сухарик «Молочный»)	40	40
Чай без сахара	150	200
<b>Ужин</b>		
Твороженная запеканка со сгущённым молоком	80	80
Чай без сахара	150	200

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
№35 «Алые паруса»  
Кавандина Н.А.



10 день

Наименование блюда	Выход блюда, г	
	ЯСЛИ	САД
<b>Завтрак</b>		
Каша «Манная» на молоке	150	200
Батон с маслом	20/4/9	30/5/12
Мармелад «Фруктовый»	20	20
Чай без сахара	150	200
<b>2ой завтрак</b>		
Яблоко	шт.	шт.
<b>Обед</b>		
Суп «Домашний» на м/б	200	250
Рис отварной	150	200
Котлета мясная в красном соусе	80/20	80/20
Икра свекольная (Порционно)	20	30
Компот из ягод (Облепиха)	150	200
Хлеб	50	50
<b>Полдник</b>		
Кондитерское изделие (Пряник «Ирэк»)	50	50
Чай без сахара	150	200
<b>Ужин</b>		
Булочка «Домашняя» с сахаром	80	80
Чай без сахара	150	200



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
№35 «Алые паруса»  
Кавандина Н.А.

11 день (Дополнительно)

Наименование блюда	Выход блюда, г	
	ЯСЛИ	САД
<b>Завтрак</b>		
Суп молочный с вермишелью	150	200
Батон с маслом	20/4	30/5
Чай с сахаром	150/9	200/12
<b>2ой завтрак</b>		
Яблоко	100	150
<b>Обед</b>		
Суп «Щи» со сметаной на м/б	200/20	250/30
Пюре картофельное	150	200
Гуляш в красном соусе	80/20	80/20
Салат из свеклы с яблоком	20	30
Кисель	150	200
Хлеб	50	50
<b>Полдник</b>		
Кондитерское изделие (Баранка «Ароматная»)	50	50
Чай без сахара	150	200
<b>Ужин</b>		
Горячие бутерброды с сыром	150	200
Чай с сахаром	150/9	200/12