Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

№35 «Алые паруса»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.В.Клёнина

Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда,г | |
| ЯСЛИ | САД |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша кукурузная на молоке | 150 | 200 |
| Батон с маслом и сыром | 20/49 | 30/5/14 |
| Чай сладкий | 150/9/4 | 180/12/5 |
| **2-ой завтрак** |  |  |
| Сок фруктовый | 100 | 200 |
| **Обед** |  |  |
| Суп «Рассольник» на мясном бульоне | 200/8/5 | 250/10/6 |
| Лапша отварная | 100 | 150 |
| Гуляш из говядины в красном соусе | 60/35 | 80/50 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 200 |
| Хлеб | 50 | 50 |
| **Полдник** |  |  |
| Чай | 150 | 200 |
| Пряник | 50 | 50 |
| **Ужин** |  |  |
| Запеканка творожено-рисовая со сметанным соусом | 100/30 | 140/40 |
| Хлеб | 30 | 40 |
| Чай | 15 | 200 |

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №35

«Алые паруса»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.В.Клёнина

Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда, г | |
| ЯСЛИ | САД |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша геркулесовая на молоке | 150 | 200 |
| Батон с маслом и сыром | 20/4/9 | 30/5/14 |
| Чай сладкий | 150/9/4 | 180/12/5 |
| **2ой завтрак** |  |  |
| Сок фруктовый | 100 | 200 |
| **Обед** |  |  |
| Суп «Домашний» на мясном бульоне | 200/8/5 | 250/10/6 |
| Рагу овощное с мясом | 200 | 250 |
| Кисель | 15 | 200 |
| Хлеб | 50 | 50 |
| **Полдник** |  |  |
| Кисломолочный продукт | 100 | 150 |
| Сухарик | 40 | 40 |
| **Ужин** |  |  |
| Запеканка из круп с яблоками | 150 | 230 |
| Баранки | 50 | 50 |
| Чай сладкий | 150 | 200 |

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №35

«Алые паруса»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.В.Клёнина

Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда, г | |
| ЯСЛИ | САД |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша ячневая на молоке | 150 | 200 |
| Батон с маслом и сыром | 20/4/9 | 30/5/14 |
| Какао-напиток с молоком | 150 | 180 |
| **2ой завтрак** |  |  |
| Сок фруктовый | 100 | 200 |
| **Обед** |  |  |
| Суп «Шахтерский» на мясном бульоне | 200/8/5 | 250/10/6 |
| Запеканка картофельная с мясом/Пюре картофельное | 200 | 250 |
| Гуляш из говядины в красном соусе | 60/35 | 80/50 |
| Компот из сушеных фруктов | 150 | 200 |
| Хлеб | 50 | 50 |
| **Полдник** |  |  |
| Чай | 150 | 200 |
| Вафли | 40 | 40 |
| **Ужин** |  |  |
| Рыба тушеная с овощами с рисом отварным | 150/100 | 200/150 |
| Чай | 150/9 | 180/12 |
| Хлеб | 30 | 40 |

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №35

«Алые паруса»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.В.Клёнина

Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда, г | |
| ЯСЛИ | САД |
| **Завтрак** |  |  |
| Суп молочный с вермишелью | 150 | 200 |
| Батон с маслом и сыром | 20/4/9 | 30/5/14 |
| Чай с лимоном | 150/9/4 | 180/12/5 |
| **2ой завтрак** |  |  |
| Сок фруктовый | 100 | 200 |
| **Обед** |  |  |
| Свекольник со сметаной на мясном бульоне | 200/8/5 | 250/10/6 |
| Гречка отварная | 100 | 150 |
| Тефтеля из говядины в томатно-сметанном соусе | 60/30 | 80/50 |
| Компот из ягод | 150 | 200 |
| Хлеб | 50 | 50 |
| **Полдник** |  |  |
| Кисломолочный продукт | 150 | 200 |
| **Ужин** |  |  |
| Пирог открытый | 120 | 120 |
| Чай | 150 | 200 |

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №35

«Алые паруса»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.В.Клёнина

Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда, г | |
| ЯСЛИ | САД |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша манная на молоке | 150 | 200 |
| Батон с маслом и сыром | 20/4/9 | 30/5/14 |
| Чай | 150 | 200 |
| Конфета шоколадная | 1шт | 1шт |
| **2ой завтрак** |  |  |
| Сок фруктовый | 100 | 200 |
| **Обед** |  |  |
| Суп Картофельный с клёцками | 200/10 | 250/13 |
| Винегрет | 50 | 65 |
| Плов с мясом | 150 | 200 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 200 |
| Хлеб | 50 | 50 |
| **Полдник** |  |  |
| Чай | 150 | 200 |
| Печенье | 40 | 40 |
| **Ужин** |  |  |
| Ватрушка с творогом | 120 | 120 |
| Чай | 150 | 200 |

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №35

«Алые паруса»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.В.Клёнина

Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда, г | |
| ЯСЛИ | САД |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша ячневая на молоке | 150 | 200 |
| Батон с маслом и сыром | 20/4/9 | 30/5/14 |
| Кофейный напиток | 150 | 180 |
| **2ой завтрак** |  |  |
| Сок фруктовый | 100 | 200 |
| **Обед** |  |  |
| Суп Щи на мясном бульоне | 150 | 200 |
| Рис отварной | 100 | 150 |
| Гуляш в томатно-сметанном соусе | 30/30 | 40/40 |
| Компот из ягод | 150 | 200 |
| Хлеб | 50 | 50 |
| **Полдник** |  |  |
| Чай | 150 | 200 |
| Баранка | 50 | 50 |
| **Ужин** |  |  |
| Пудинг из творога со сладким соусом | 10/40 | 150/40 |
| Чай | 150 | 200 |
| Хлеб | 30 | 40 |

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №35

«Алые паруса»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.В.Клёнина

Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда, г | |
| ЯСЛИ | САД |
| Завтрак |  |  |
| Каша кукурузная на молоке | 150 | 200 |
| Батон с маслом и сыром | 20/4/9 | 30/5/14 |
| Чай сладкий | 150/9 | 200/12 |
| 2ой завтрак |  |  |
| Сок фруктовый | 100 | 200 |
| Обед |  |  |
| Суп Домашний на мясном бульоне | 200/8/5 | 250/10/6 |
| Перловка отварная | 100 | 150 |
| Голубец ленивый в сметанном соусе | 50/30 | 70/40 |
| Салат из кукурузы с луком и яйцом | 70 | 100 |
| Кисель | 150 | 200 |
| Хлеб | 50 | 50 |
| Полдник |  |  |
| Кисломолочный продукт | 150 | 200 |
| Ужин |  |  |
| Рыба в омлете с отварным картофелем | 110/80 | 140/100 |
| или Драчена с зеленым горошком | 120 | 150 |
| Салат из картофеля с соленым огурцом | 40 | 40 |
| Хлеб | 30 | 40 |
| Чай сладкий | 150/9 | 200/12 |

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №35

«Алые паруса»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.В.Клёнина

Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда, г | |
| ЯСЛИ | САД |
| **Завтрак** |  |  |
| Суп молочный с рисом | 150 | 200 |
| Батон с маслом и сыром | 20/4/9 | 30/5/14 |
| Чай | 150 | 200 |
| Конфета шоколадная | 1 шт. | 1 шт. |
| **2ой завтрак** |  |  |
| Сок фруктовый | 100 | 200 |
| **Обед** |  |  |
| Суп Гороховый с гренками на мясном бульоне | 150/40 | 200/40 |
| Лапша отварная | 100 | 150 |
| Котлета в красном соусе | 50/30 | 70/40 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 200 |
| Хлеб | 50 | 50 |
| **Полдник** |  |  |
| Чай | 150 | 200 |
| Пряник | 50 | 50 |
| **Ужин** |  |  |
| Пудинг из круп | 200 | 150 |
| Чай | 150 | 200 |
| Хлеб | 30 | 40 |

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №35

«Алые паруса»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.В.Клёнина

Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход блюда, г | |
| ЯСЛИ | САД |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша манная на молоке | 150 | 200 |
| Батон с маслом и сыром | 20/4/9 | 30/5/14 |
| Чай с лимоном | 150/9/4 | 180/12/5 |
| **2ой завтрак** |  |  |
| Сок фруктовый | 100 | 200 |
| **Обед** |  |  |
| Суп Харчо на мясном бульоне | 200/10 | 250/13 |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 250 |
| Салат из свеклы с яблоком | 50 | 60 |
| Компот из сушеных фруктов | 150 | 200 |
| Хлеб | 50 | 50 |
| **Полдник** |  |  |
| Молоко кипяченное | 150 | 200 |
| Печенье | 40 | 40 |
| **Ужин** |  |  |
| Пирог открытый с творогом | 100 | 120 |
| Яблоко | 80 | 100 |
| Чай | 150 | 200 |