ГБДОУ детский сад № 83

Утверждаю
Заведующий
Шиманко И.Н.

МЕНЮ

Ясли 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 130	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ 130	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 20	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ 10	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 130	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 20
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 130	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 150/12	КАША "ДРУЖБА" 130	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 130	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 130	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 130	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 130	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 130
КАКАО С МОЛОКОМ 150	ГРУША 95	МАНДАРИН 95	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 150/12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150
ЯБЛОКО 95	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ 100	БАНАН 95	МАНДАРИН 95	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20	БАНАН 95	ЯБЛОКО 95	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 100
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20				ГРУША 95			
II Завтрак									
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ 180	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ 170	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ 180	СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ 150	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ 170	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ 180	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ 180	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ 180	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ 150	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ 150
Обед									
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ 30	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ 30	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 40	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ 150/20	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/15/5
БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/20/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/10/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/10/5	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 160	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ 40	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/25/1	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 150/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 150/30	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/20/5	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) 50
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ 50	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 160	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ 50/20	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ 40	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ 50	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 160	ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ 60	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ 50/20	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ 110
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 110	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 110	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ 150	КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 110	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ 150	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ 110	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ 110	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ 20/20
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 150	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 150	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 150	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ 150	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ 60	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ 150	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 150
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20
Полдник									
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 130	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ 60	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 30	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ 60	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 130	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40

СОУС ЯБЛОЧНЫЙ 30	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 160	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 60	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ 50	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ 110	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ 30	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 160	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 130
СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ 110	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ 110	ПРЯНИКИ 20	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 150/12	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ 180	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ 150	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 150/12
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ 100	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ 40	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/7/4	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ 150	РАГУ ОВОЩНОЕ 110	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 40	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 45	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 40
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 50	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 45	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ 50	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20
			ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ 100				
					ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20				