

ВЕСНА

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МКДОУ № 162
Л.А. Кисельникова

День	Завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник	Ужин
1-й	Лапша молочная Яйцо 20 Кофейный напиток Батон Масло	Сок Фрукт	Салат из свежegy Суп – пюре из картофеля, Рагу из овощей Шницель натуральный рубленый Компот из кураги, хлеб	Молоко Булочка оздоровительная с рекишеном	Салат из отварной моркови, Суфле творожное, соус сметанный Чай с сахаром, батон
2-й	Каша ячневая с маслом, Какао на молоке Батон Сыр	Фрукт	Салат отварной моркови, Суп картофельный с бобовыми, Гуляш из свинины, Каша гречневая с овощами, + Компот из с/ф, хлеб	Кефир Кондитерские изделия	Салат из зеленого горошка Шницель рыбный натуральный, Картофель отварной, Чай с лимоном, Батон
3-й	Каша манная жидкая Кофейный напиток Батон, масло, сыр.	Фрукт	Салат из квашеной капусты, Уха с крупной рисовой, Жаркое по-домашнему, Компот из изюма, хлеб	Йогурт Выпечка	Салат из отварной моркови с чесноком, Омлет Чай без сахара, батон
4-й	Запеканка из творога, ступенное молоко Чай без сахара, Батон Масло	Сок	Салат из свежegy и моркови Суп «Волна» с кур. Макароны отварные, Котлета натур. из куры, Соус сметан. с том. Компот из с/ф, хлеб	Снежок Кондитерские изделия	Икра кабачковая, Суфле рыбное, Пюре картофельное Чай с сахаром, батон
5-й	Каша пшеничная, яйцо 20 Кофейный напиток Батон Масло	Фрукт	Салат из моркови с сыром Свекольник со сметаной, Рис припущенный, Печень по- строгановски, Компот из яблок, хлеб	Кефир Кондитерские изделия	Салат из кукурузы, Капуста тушеная, Пудинг из свинины, Чай без сахара Батон
6-й	Каша пшеница жидкая Кофейный напиток Батон Масло	Сок	Салат из отварной свежegy Рассольник Ленинградский, Рагу из овощей, Биточки по - белорусски Компот из с/ф, хлеб	Йогурт Выпечка	Морковная запеканка с творогом Соус сметанный Чай, батон
7-й	Каша кукурузная с маслом, Яйцо 40 гр Чай с сахаром Батон Сыр	Сок Фрукт	Салат из свежegy с сыром и чесноком Суп лапша на кур. бульоне, Плов с курой, Компот из изюма Хлеб	Кефир Кондитерские изделия	Салат из зеленого горошка с яйцом, Суфле рыбное, Пюре картофельное Чай с сахаром и лимоном Батон
8-й	Каша рисовая Кофейный напиток Батон Масло	Фрукт	Салат из квашеной капусты, Борщ со сметаной Рыба запеченная картофель отварной Компот из с/ф, хлеб	Молоко Выпечка	Салат из отварной моркови Сырники из творога Соус сметанный Чай без сахара, батон
9-й	Каша «Ассорти», Яйцо 40 Какао с молоком Батон Масло	Сок Фрукт	Салат из отварной свежegy с соевым соусом Суп картофельный с курой, Биточки из куры, капуста тушеная, Компот из с/ф, хлеб	Йогурт Кондитерские изделия	Винегрет овощной Макароны с сыром Чай с лимоном, Батон
10-й	Каша геркулесовая Кофейный напиток Батон Масло	Фрукт	Салат из отварной моркови с зеленым горошком, Ци со сметаной, Пюре картофельное Оладьи из печени Подлив Компот из яблок, хлеб	Кефир Кондитерские изделия	Салат из зеленого горошка Омлет Чай из шиповника, Батон