

**Примерное 10-дневное меню
МБОУ «Белоярская СОШ №14»
Структурное подразделение
«Детский сад «Березка»**

Период : весна –лето 2024

Категория:

Дети (3-7 лет)



Утверждено
Директор школы
Е.В. Кокоулина
«26» апреля 2024 г.

МЕНЮ

Сад 10 часов



1 День	2 День	3 День	4 День	5 День	6 День	7 День	8 День	9 День	10 День
Завтрак									
КАША "ДРУЖБА" 170	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 40/10	КАША РЧЕНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 170	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 180	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40/10	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40/10	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	БУТЕРБРОДЫ С ШКОЛАДНЫМ МАСЛОМ 40/10
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 170	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	БУТЕРБРОД С ШКОЛАДНЫМ МАСЛОМ 40/10	СУТЛ МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 170	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 180	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40/10	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 40/10	СУТЛ МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 170
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40/10	КАКАО С МОЛОКОМ 180	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40/10	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 170	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ 170	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ 170	КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ" 170	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 170	ЧАЙ С САХАРОМ 180
II Завтрак									
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 100	ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ, БАНАНЫ, ГРУШИ) 100	ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ, БАНАНЫ, ГРУШИ) 100	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 100	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 100	ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ, БАНАНЫ, ГРУШИ) 100	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 100	ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ, БАНАНЫ, ГРУШИ) 100	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 100	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 100
Обед									
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА 20	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА 20	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА 20	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 180
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ГОЛубцы Ленивые 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25
ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	СУТЛ КРЕСТЯНСКИЙ С КРУТОЙ 180	СУТЛ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25
СУТЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 180	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 180	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 70	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 200	СУТЛ-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180
ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 200	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ 70	ЧАЙ С САХАРОМ 180	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ С ЯБЛОКАМИ 50	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 50
ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) 70	СУТЛ-ЛАПША С КЮРОЙ 180	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА ПАРОВЫЕ 70	салат из квашеной капусты 50	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ 50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 50	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 80	салат из квашеной капусты 50	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ 50	Плов из ПТИЦЫ 200
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ С ЯБЛОКАМИ 50	СУТЛ-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ 180		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	РИС ОТВАРНОЙ 130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	
Полдник									
ЙОГУРТ 180	МАКАРОНЫ С СЫРОМ 100	ЙОГУРТ 180	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/10/7	ЧАЙ С САХАРОМ 180/10	МАКАРОНЫ С СЫРОМ 100	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 80	ОБЫКНОВЕННАЯ 80	ВАТРУШКИ С ТВОРОГОМ 80	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 80
ОЛАДЫ 100	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ 80	Сырники с морковью и молоком ступленным 80/10	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 80	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КИСЕЛЬ 180	ЙОГУРТ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЙОГУРТ 180