

**МЕНЮ
САД 10,5 ЧАСОВ**

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №187»

Г.Ф. Юсупова

2022 год



1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная с маслом 200/5	Каша дружба молочная с маслом 200/5	Каша геркулесовая молочная с маслом 200/5	Каша пшенная молочная с маслом 200/5	Каша полбяная молочная с маслом 200/5	Каша геркулесовая молочная с маслом 200/5	Каша манная молочная с маслом 200/5	Каша пшенная молочная с маслом 200/5	Суп молочный вермишелевый 180	Каша рисовая молочная с маслом 200/5
Чай с сахаром 180/5	Какао напиток с молоком 180	Чай с молоком и сахаром 180/5	Кофейный напиток с молоком 180	Какао напиток с молоком 180	Чай с молоком и сахаром 180/5	Кофейный напиток с молоком 180	Какао напиток с молоком 180	Чай с сахаром 180/5	Кофейный напиток с молоком 180
Бутерброд с маслом сливочным 30/5	Бутерброд с маслом, сыром 30/3/7	Бутерброд с маслом 30/5	Бутерброд с маслом, сыром 30/3/7	Бутерброд с маслом сливочным 30/5	Бутерброд с маслом 30/5	Бутерброд с маслом 30/5	Бутерброд с маслом, сыром 30/3/7	Бутерброд с маслом 30/5	Бутерброд с маслом, сыром 30/3/7
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
Сок фруктовый 125	Фрукты 100	Сок фруктовый 125	Груша 100	Сок фруктовый 125	Яблоко 100	Сок фруктовый 125	Фрукты 100	Сок фруктовый 125	Яблоко 100
ОБЕД									
Салат из свеклы 50	Салат из свежей капусты 50	Икра кабачковая 50	Салат пестрый 50	Салат из моркови 50	Салат из свежей капусты с яблоками 50	Огурцы соленные 50	Салат из свеклы 50	Салат витаминный 50	Салат из моркови 50
Щи с курицей и сметаной 200/15/5	Суп картофельный с клецками и мясными фрикадельками 200/15	Свекольник со сметаной 200/6	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной 200/15/5	Суп вермишелевый с картофелем и мясными фрикадельками 200/15	Суп картофельный с горохом и мясными фрикадельками, гречками 200/15/10	Борщ с мясными фрикадельками со сметаной 200/15/5	Суп крестьянский с курицей и сметаной 200/15/5	Щи на мясном бульоне со сметаной 200/6	Суп-лапша домашняя с курицей 200/15
Котлеты, рубленые из говядины 70	Биточки, рубленые из рыбы 70	Гуляш из индейки 45/45	Макаронник с мясом 160/3	Плов из курицы 160	Биточки куриные «Солнышко» 70	Биточки из рыбы 70	Запеканка картофельная с мясом 150/20	Плов из отварной говядины 180	Котлеты аппетитные 70
Макароны отварные 130	Пюре картофельное 130	Каша гречневая 130/3	Компот из сухофруктов 180	Компот из свежих яблок 180	Макароны отварные 130	Рис отварной 130	Компот из сухофруктов 180	Хлеб сельский 37,5	Каша перловая с овощами 130/4
Хлеб сельский 37,5	Хлеб сельский 37,5	Хлеб сельский 37,5	Хлеб сельский 37,5	Хлеб сельский 37,5	Хлеб сельский 37,5	Напиток апельсиновый 180	Хлеб сельский 37,5	Компот из свежих яблок 180	Хлеб сельский 37,5
Компот из свежих яблок 180	Кисель 180	Напиток апельсиновый 180			Кисель 180	Хлеб сельский 37,5			Напиток апельсиновый 180
ПОЛДНИК									
Катык 120	Молоко кипяченое 120	Ряженка 120	Молоко кипяченое 120	Кефир 120	Ряженка 120	Молоко кипяченое 120	Ряженка 120	Молоко кипяченое 120	Ряженка 120
Пицца с сыром 60	Крекер 10	Вак-бэлиш 75	Печенье 20	Печенье 30	Плюшка новомосковская 60	Крекер 10	Шафран с яблоками 50	Печенье 20	Печенье 20
Рагу с курицей 120/40	Салат из моркови 50	Рагу из овощей 130	Салат из моркови с яблоками 50	Омлет натуральный 140	Рагу с индейкой 40/120	Салат из моркови с яблоками 50	Гречка с фаршем и овощами 160	Салат из моркови 50	Омлет натуральный 140
Хлеб пшеничный 23	Ряженка 120	Хлеб пшеничный 23	Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным 150	Хлеб пшеничный 23	Хлеб пшеничный 23	Запеканка творожная со сгущенкой 150/20	Хлеб пшеничный 23	Запеканка из творога с крошкой 150	Хлеб пшеничный 23
Чай фруктовый 180/7	Суфле из творога с молоком сгущенным 150/20	Чай с сахаром 180/5	Хлеб пшеничный 23	Чай с сахаром 180/5	Чай фруктовый 180/7	Чай с сахаром, лимоном 180/5/5	Чай с сахаром 180/5	Хлеб пшеничный 23	Чай с сахаром 180/5
	Хлеб пшеничный 23		Напиток шиповника 180/5			Хлеб пшеничный 23		Напиток шиповника 180/5	
	Чай с сахаром, лимоном 180/5/5								