

Утверждаю  
Заведующий  
МБДОУ Детский сад  
общеразвивающего вида №158  
Новак Е.К.



## Десятидневное меню 1 неделя

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
<b>Завтрак</b>				
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным, 180/200	Каша пшенная молочная с маслом сливочным, 180/200	Творожная запеканка, 140/150 Соус сметанный, 40/50	Омлет с маслом сливочным, 110/120 Зеленый горошек консервированный, 40/45	Каша гречневая молочная с маслом сливочным, 180/200
Кофейный напиток на сгущенном молоке, 170/200	Какао на молоке сладкое, 170/200	Кофейный напиток на молоке сладкий, 170/200	Какао на молоке сладкое, 170/200	Кофейный напиток на молоке сладкий, 170/200
Хлеб пшеничный с маслом сливочным, 40/8, 45/10	Хлеб пшеничный с маслом сливочным, 40/8, 43/8	Хлеб пшеничный с маслом сливочным, 40/8, 42/10	Хлеб пшеничный с маслом сливочным, 40/8, 43/8	Хлеб пшеничный с маслом сливочным, 40/8, 43/8
<b>2-й завтрак</b>				
Сок 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100
<b>Обед</b>				
Салат из белокочанной капусты, 50/60	Салат из свежих овощей, 45/50	Салат из свежих овощей, 45/50	Помидора свежая, 35/40	Огурец консервированный, 35/40
Свекольник на м/к бульоне, 150/200	Суп гороховый на м/к бульоне, 150/200	Щи на м/к бульоне со сметаной, 150/200	Бульон куриный с гренками, 150/200	Борщ на м/к бульоне со сметаной, 150/200
Жаркое домашнему, 180/200	Котлета мясная из говядины, 60/80 Картофельное пюре с маслом сливочным, 120/150	Гуляш из мяса говядины, 70/80 Рожки отварная с маслом сливочным, 120/135	Шукрут с мясом кур, 160/180	Плов с мясом говядины, 160/180
Компот из кураги сладкий, 150/180	Компот из изюма сладкий, 150/180	Лимонный напиток, 150/180	Компот из лимона и кураги сладкий, 150/180	Компот из изюма сладкий, 150/180
Хлеб ржаной, 40/50	Хлеб ржаной, 40/50	Хлеб ржаной, 40/50	Хлеб ржаной, 40/50	Хлеб ржаной, 40/50
<b>Полдник</b>				
Печенье, 30/40	Плюшка с сахаром, 45/50	Ватрушка с повидлом, 50/55	Пирог с картофелем, 55/60	Печенье, 30/50
Молоко кипяченое, 180/180	Кефир, 170/170 Яблоки, 80/90	Сок, 170/170 Мандарины, 90/120	Кисель, 170/180	Сок, 170/170 Бананы, 80/90

**Ужин.**

Маннй пудинг, 170/180	Суфле из мяса говядины, 150/160 Кукуруза консервированная, 40/45	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным, 180/200	Гороховое пюре с маслом сливочным, 160/170	Картофель тушеный с луком и морковью, 190/200
Кисель, 180/200	Чай сладкий, 180/200	Чай сладкий, 180/200	Чай сладкий, 180/200	Чай сладкий, 180/200
Хлеб пшеничный, 20/23	Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным, 180/200	Омлет с маслом сливочным, 110/130 Зеленый горошек консервированный 40/45	Гороховая засалочка, 140/150 Соус сметанный, 40/50	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным, 180/200	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным, 180/200
Кофейный напиток на молоке сладкий, 170/200	Каша на молоке сладкое, 170/200	Кофейный напиток на молоке сладкий, 170/200	Каша на молоке сладкое, 170/200	Кофейный напиток на молоке сладкий, 170/200
Хлеб пшеничный с маслом сливочным, 40/8, 43/8	Хлеб пшеничный с маслом сливочным, 40/8, 43/8	Хлеб пшеничный с маслом сливочным, 40/8, 43/8	Хлеб пшеничный с маслом сливочным, 40/8, 43/8	Хлеб пшеничный с маслом сливочным, 40/8, 43/8
Сок 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100
Салат из белокочанной капусты, 30/60	Салат из свеклы, Томатная заправка, 32/40	Салат из свеклы овощей, 42/50	Салат из свеклы овощей, 42/50	Салат из белокочанной капусты, 30/60
Сливочный крем на масле, 150/200	Пюре из картофеля на масле, 150/200	Пюре из картофеля на масле, 150/200	Пюре из картофеля на масле, 150/200	Сливочный крем на масле, 150/200
Жареное домашнее, 180/200	Жареное домашнее, 180/200	Жареное домашнее, 180/200	Жареное домашнее, 180/200	Жареное домашнее, 180/200
Компот из яблок сладкий, 150/180	Компот из яблок сладкий, 150/180	Компот из яблок сладкий, 150/180	Компот из яблок сладкий, 150/180	Компот из яблок сладкий, 150/180
Хлеб ржаной, 40/50	Хлеб ржаной, 40/50	Хлеб ржаной, 40/50	Хлеб ржаной, 40/50	Хлеб ржаной, 40/50
Пюре из картофеля, 30/40	Пюре из картофеля, 30/40	Пюре из картофеля, 30/40	Пюре из картофеля, 30/40	Пюре из картофеля, 30/40
Молоко квашеное, 180/180	Молоко квашеное, 180/180	Молоко квашеное, 180/180	Молоко квашеное, 180/180	Молоко квашеное, 180/180
Сок 170/170	Сок 170/170	Сок 170/170	Сок 170/170	Сок 170/170
Салат из яблок, 80/90	Салат из яблок, 80/90	Салат из яблок, 80/90	Салат из яблок, 80/90	Салат из яблок, 80/90

Утверждаю  
 Заведующий  
 МБДОУ Детский сад  
 общеразвивающего вида №158  
 Новак Е.К.



## Десятидневное меню 2 неделя

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
<b>Завтрак</b>				
Каша манная молочная с маслом сливочным, 180/200	Каша рисовая молочная с маслом сливочным, 180/200	Пудинг творожно-рисовый, 130/150 Соус сметанный, 40/50	Кура под омлетом, 160/170 Зеленый горошек консервированный, 40/45	Каша молочная «Дружба» с маслом сливочным, 180/200
Кофейный напиток на молоке сладкий, 170/200	Какао на молоке сладкое, 170/200	Кофейный напиток на молоке сладкий, 170/200	Какао на молоке сладкое, 170/200	Кофейный напиток на молоке сладкий, 170/200
Хлеб пшеничный с маслом сливочным, 40/8, 43/8	Хлеб пшеничный с маслом сливочным, 40/8, 43/8	Хлеб пшеничный с маслом сливочным, 40/8, 43/8	Хлеб пшеничный с маслом сливочным, 40/8, 43/8	Хлеб пшеничный с маслом сливочным, 40/8, 43/8
<b>2-й завтрак</b>				
Сок 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100
<b>Обед</b>				
Икра кабачковая, 45/50	Огурец свежий, 35/40	Салат из свежих овощей, 45/50	Помидора свежая, 35/40	Салат из свеклы, 40/50
Рассольник на м/к бульоне, 150/200	Суп молочный овощной, 150/200	Суп крестьянский на м/к бульоне со сметаной, 150/200	Суп-лапша на курином бульоне, 150/200	Суп картофельный на м/к бульоне со сметаной, 150/200
Кура тушеная с луком и морковью, 60\80 Картофельное пюре с маслом сливочным, 140/150	Бефстроганов из печени, 60/80 Греча отварная с маслом сливочным, 120/130	Голубцы ленивые, 160/170	Рыба тушеная в молоке с маслом сливочным, 60/80 Картофельное пюре с маслом сливочным, 140/150	Тефтели мясные с соусом, 60/80 Рис отварной с маслом сливочным, 160/180
Компот из кураги сладкий, 150/180	Компот из изюма сладкий, 150/180	Лимонный напиток сладкий, 150/180	Компот из лимона и изюма сладкий, 150/180	Компот из кураги сладкий, 150/180
Хлеб ржаной, 40/50	Хлеб ржаной, 40/50	Хлеб ржаной, 40/50	Хлеб ржаной, 40/50	Хлеб ржаной, 40/50
<b>Полдник</b>				
Вафли, 30/50	Булочка с изюмом, 45/50	Ватрушка с творогом, 55/60	Пирог с капустой, 55/60	Печенье, 95/95
Молоко кипяченое, 180/200	Ряженка, 170/170 Яблоки, 80/90	Сок, 170/170 Бананы, 80/90	Чай сладкий, 170/180	Сок, 170/170 Апельсины, 80/90

Ужин				
Капуста тушенная с маслом сливочным, 190/200	Овощи тушенные с маслом сливочным, 190/200	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным, 180/200	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным, 180/200	Гренки под омлетом, 140/150 Кукуруза консервированная, 40/45
Чай сладкий, 180/200	Чай сладкий, 180/200	Чай сладкий, 180/200	Кисель, 180/200	Чай сладкий, 180/200
Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24	

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Завтрак Каша манная молочная с маслом сливочным, 180/200	Завтрак Каша манная молочная с маслом сливочным, 180/200	Завтрак Пудинг творожный сливочный, 130/150	Завтрак Пудинг творожный сливочный, 130/150	Завтрак Каша манная молочная с маслом сливочным, 180/200
Каша манная молочная с маслом сливочным, 180/200	Каша манная молочная с маслом сливочным, 180/200	Пудинг творожный сливочный, 130/150	Пудинг творожный сливочный, 130/150	Каша манная молочная с маслом сливочным, 180/200
Чай сладкий, 180/200	Чай сладкий, 180/200	Чай сладкий, 180/200	Чай сладкий, 180/200	Чай сладкий, 180/200
Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24
Обед				
Каша манная молочная с маслом сливочным, 180/200	Каша манная молочная с маслом сливочным, 180/200	Каша манная молочная с маслом сливочным, 180/200	Каша манная молочная с маслом сливочным, 180/200	Каша манная молочная с маслом сливочным, 180/200
Каша манная молочная с маслом сливочным, 180/200	Каша манная молочная с маслом сливочным, 180/200	Каша манная молочная с маслом сливочным, 180/200	Каша манная молочная с маслом сливочным, 180/200	Каша манная молочная с маслом сливочным, 180/200
Чай сладкий, 180/200	Чай сладкий, 180/200	Чай сладкий, 180/200	Чай сладкий, 180/200	Чай сладкий, 180/200
Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24
Ужин				
Капуста тушенная с маслом сливочным, 190/200	Капуста тушенная с маслом сливочным, 190/200	Капуста тушенная с маслом сливочным, 190/200	Капуста тушенная с маслом сливочным, 190/200	Капуста тушенная с маслом сливочным, 190/200
Капуста тушенная с маслом сливочным, 190/200	Капуста тушенная с маслом сливочным, 190/200	Капуста тушенная с маслом сливочным, 190/200	Капуста тушенная с маслом сливочным, 190/200	Капуста тушенная с маслом сливочным, 190/200
Чай сладкий, 180/200	Чай сладкий, 180/200	Чай сладкий, 180/200	Чай сладкий, 180/200	Чай сладкий, 180/200
Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24	Хлеб пшеничный, 20/24