

День: 1  
 Неделя: 1  
 Сезон: Зимне-весенний  
 Возрастная категория: дошкольный возраст 1,5 до 7 лет  
 «\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.



Утверждено

Зав. МБДОУ детского сада № 33

Борисова Ю.Г.

(Ф.И.О. заведующего)

2023 г.

Завтрак											
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины мг			Минеральные в-ва, мг	
			Б	Ж	У		К	В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	С	Са
	Каша манная	180/200	9,5	9,6	41,1	292,1	0,3	0,2	0,8	176,2	1,5
	Какао с молоком	180/200	0,1	0	9,9	39,9	0	0	0	10,3	0,4
	Бутерброд с сыром	30/5/10	2,4	7,5	15,2	137,1	0	0	0	8,1	0,6
	<b>Итого:</b>		<b>12,0</b>	<b>17,1</b>	<b>69,2</b>	<b>469,1</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>0,8</b>	<b>194,6</b>	<b>2,5</b>
II Завтрак											
	Сок	130/150	1,9	0,2	5,6	34,9	0,1	0,1	8	12,6	1,3
	<b>Итого:</b>		<b>1,9</b>	<b>0,2</b>	<b>5,6</b>	<b>34,9</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>8</b>	<b>12,6</b>	<b>1,3</b>
Обед											
	Щи со сметаной	180/200	2,9	6,0	14,6	124,6	0	0	14,2	60,7	1,6
	Гречка отварная	120/150	14,6	14,8	11,5	236,3	0	0,1	0,6	36	1,8
	Биточки из индейки	60/80									
	Соус томатный	30/30									
	Закуска	30/50									
	Компот	180/200	0,1	0	28,4	113,9	0	0	0	13,5	0,2
	Хлеб пшеничный	40/50	1,1	0,1	7,5	35,5	0	0	0	3,5	0,3
	Хлеб ржаной	30/40									
	<b>Итого:</b>		<b>26,4</b>	<b>27,5</b>	<b>109,3</b>	<b>783,6</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>29,7</b>	<b>190,5</b>	<b>7,1</b>
Полдник											
	Кондитерское изделие	50	1,0	0,2	19,6	89,2	0	0	1,6	12,6	2,5
	Чай с молоком	180/200									
	<b>Итого:</b>		<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>89,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1,6</b>	<b>12,6</b>	<b>2,5</b>
Ужин											
	Чай	180/200	5,7	3,5	40,3	215,4	0,1	0	0	13,7	0,5
	Суп молочный рисовый	180/200	1,1	0,1	7,5	35,5	0	0	0	3,5	0,3
	Хлеб	30									
	Конфета	30									
	<b>ИТОГО:</b>		<b>24,1</b>	<b>20,1</b>	<b>81,2</b>	<b>614,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,4</b>	<b>0,3</b>	<b>327</b>	<b>1,8</b>







День: 3

Неделя: 1

Сезон: Зимне-весенний

Возрастная категория: дошкольный возраст 1,5 до 7 лет

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2023г.



Утверждено

Зав. МБДОУ детского сада № 33

Борисова Ю.Г.

(Ф.И.О. заведующего)

2023 г.

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины мг			Минеральные в-ва, мг	
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	С	Са	Fe
			К	В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	С	Са	Fe			
<b>Завтрак</b>											
	Каша геркулесовая	180/200	5,7	6,1	19,0	144,8	0,1	0,2	0,7	156,5	0,4
	Чай с молоком	180/200	2,8	2,8	15,4	93,3	0	0,1	0,5	104,3	0,3
	Бутерброд с повидлом	30/5/10	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	11,5	1
	<b>Итого:</b>		<b>12,3</b>	<b>9,2</b>	<b>59,5</b>	<b>356,5</b>	<b>0,2</b>	<b>0,3</b>	<b>1,2</b>	<b>272,3</b>	<b>1,7</b>
<b>II Завтрак</b>											
	Снежок	100/100	1,0	0,2	19,6	89,2	0	0	1,6	12,6	2,5
	<b>Итого:</b>		<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>89,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1,6</b>	<b>12,6</b>	<b>2,5</b>
<b>Обед</b>											
	Суп Харчо	180/200	2,2	3,6	14,7	100,2	0,1	0	4,6	22,9	0,8
	Макаронь отварные	120/150	19,9	18,7	3,9	270,3	0,1	0,2	0	25,3	2,5
	Печень по-строгоновски	60/80	14,6	14,8	11,5	236,3	0	0,1	0,6	36	1,8
	Компот	180/200	0,2	0	10,1	42,2	0	0	1,1	12,5	0,5
	Хлеб пшеничный	40/50	1,1	0,1	7,5	35,5	0	0	0	3,5	0,3
	Хлеб ржаной	30/40									
	<b>Итого:</b>		<b>35,2</b>	<b>31,5</b>	<b>94,1</b>	<b>807,6</b>	<b>0,5</b>	<b>0,4</b>	<b>12,2</b>	<b>116,2</b>	<b>10</b>
<b>Полдник</b>											
	Чай черный	180/200	2,9	6,0	9,8	103,6	0	0	2,7	64	0,8
	Кондитерское изделие	50									
	<b>Итого</b>		<b>2,9</b>	<b>6,0</b>	<b>9,8</b>	<b>103,6</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2,7</b>	<b>64</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>											
	Овощное рагу	150/180									
	Чай с сахаром	200/180	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	11,5	1
	Хлеб	30/30									
	<b>ИТОГО:</b>		<b>25,1</b>	<b>12,4</b>		<b>100,3</b>	<b>611,1</b>	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>55</b>	<b>71,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>81,4</b>	<b>66,0</b>	<b>255,4</b>	<b>1 963,3</b>	<b>0,9</b>	<b>1,3</b>	<b>21</b>	<b>876,7</b>	<b>17,1</b>



День: 4  
Неделя: 1  
Сезон: Зимне-весенний

Возрастная категория: дошкольный возраст 1,5 до 7 лет  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г.



Утверждено  
Зав. МБДОУ детского сада № 33  
Борисова Ю.Г.  
(Ф.И.О. заведующего)  
2023 г.

Завтрак											
№ рецеп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины мг			Минеральные в-ва, мг	
			Б	Ж	У		К	В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	С	Са
	Каша гречневая	180/200	9,7	16,1	1,6	189,7	0	0,2	0,1	131,7	1,4
	Чай с молоком	180/200	5,9	6,5	9,6	110,0	0,1	0,3	1,1	226,8	0,2
	Бутерброд с сыром	30/5/10	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	11,5	1
	<b>Итого:</b>		<b>20,6</b>	<b>25,5</b>	<b>40,6</b>	<b>462,8</b>	<b>0,2</b>	<b>0,5</b>	<b>2,4</b>	<b>398,1</b>	<b>3</b>
II Завтрак											
	Морс	100/100	1,0	0,2	19,6	89,2	0	0	1,6	12,6	2,5
	<b>Итого:</b>		<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>89,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1,6</b>	<b>12,6</b>	<b>2,5</b>
Обед											
	Суп гороховый	180/200	2,3	5,3	16,4	122,4	0,1	0,1	6,7	25,3	1,1
	Котлета рыбная	60/80	14,7	13,0	37,2	339,6	0,3	0,9	24,8	30,7	5,5
	Картофельное пюре	120/150									
	Соус	30/30									
	Кисель	180/200	0,1		9,9	39,9	0	0	0	10,3	0,4
	Хлеб пшеничный	40/50	1,5	0,1	10,0	47,4	0	0	0	4,6	0,4
	Хлеб ржаной	30/40									
	<b>Итого:</b>		<b>23,0</b>	<b>20,2</b>	<b>97,7</b>	<b>681,8</b>	<b>0,5</b>	<b>1,1</b>	<b>37,5</b>	<b>105,6</b>	<b>9,2</b>
Полдник											
	Кондитерское изделие	50	12,8	11,7	32,8	294,0	0,1	0,1	0,1	90,1	1,1
	Чай с сахаром	180/200									
	<b>ИТОГО:</b>		<b>12,8</b>	<b>11,7</b>	<b>32,8</b>	<b>294,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>90,1</b>	<b>1,1</b>
Ужин											
	Творожно-манная запеканка со сгущ.молоком	130/150	2,5	3,39	9,63	84,21	0,06	0,08	5,64	64,24	0,71
	Фрукт	100									
	Чай	180/200	5,7	3,5	40,3	215,4	0,1	0	0	13,7	0,5
	<b>ИТОГО:</b>		<b>24,1</b>	<b>20,1</b>	<b>81,2</b>	<b>614,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,4</b>	<b>0,3</b>	<b>327</b>	<b>1,8</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>68,7</b>	<b>66</b>	<b>239,1</b>	<b>1 848,0</b>	<b>0,9</b>	<b>2</b>	<b>41,8</b>	<b>843,3</b>	<b>16,5</b>







День: 6  
 Неделя: 2  
 Сезон: Зимне-весенний

возрастная категория: дошкольный возраст 1,5 до 7 лет  
 «    »    2023 г.



Утверждено  
 Зав. МБДОУ детского сада № 33  
 Борисова Ю.Г.  
 (Ф.И.О. заведующего)  
 2023 г.

Завтрак											
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины мг			Минеральные в-ва, мг	
			Б	Ж	У		К	В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	С	Са
	Каша манная	180/200	5,6	4,2	36,0	204,3	0,1	0	0	9,5	1
	Какао с молоком	180/200	0,1	0	9,9	39,9	0	0	0	10,3	0,4
	Бутерброд с маслом	30/5	2,4	7,5	15,2	137,1	0	0	0	8,1	0,6
	<b>Итого:</b>		<b>8,8</b>	<b>14,9</b>	<b>65,4</b>	<b>430,9</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>5</b>	<b>40</b>	<b>2,2</b>
II Завтрак											
	Сок	130/150	1,9	0,2	5,6	34,9	0,1	0,1	8	12,6	1,3
	<b>Итого:</b>		<b>1,9</b>	<b>0,2</b>	<b>5,6</b>	<b>34,9</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>8</b>	<b>12,6</b>	<b>1,3</b>
Обед											
	Суп полевой	180/200	1,9	5,6	9,1	94,7	0	0	12,3	41,1	1,1
	Макаронные изделия	120/150	38,7	41,2	33,9	661,8	0,1	0,3	2,7	41,9	3,6
	Печень по-строгоновски	60/80									
	Компот из сухофруктов	180/200									
	Хлеб пшеничный	40/50	3,3	0,5	20,1	95,0	0,1	0,1	0	19	1,3
	Хлеб ржаной	30/40	0,1	0	9,9	39,9	0	0	0	10,3	0,4
	<b>Итого:</b>		<b>44,6</b>	<b>47,4</b>	<b>74,9</b>	<b>902,3</b>	<b>0,2</b>	<b>0,4</b>	<b>18,2</b>	<b>128,9</b>	<b>7,1</b>
Полдник											
	Булочка с повидлом	50	1,0	0,2	19,6	89,2	0	0	1,6	12,6	2,5
	Чай с молоком	180/200									
	<b>Итого:</b>		<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>89,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1,6</b>	<b>12,6</b>	<b>2,5</b>
Ужин											
	Салат	30/50	3,6	5,7	23,2	157,7	0,1	0,1	10,8	52,4	1,5
	Голубцы ленивые	120/150									
	Чай с сахаром и лимоном	180/200	0,1	0	9,9	39,9	0	0	0	10,3	0,4
	Хлеб	30/30									
	<b>ИТОГО:</b>		<b>22,7</b>	<b>20,5</b>	<b>51,7</b>	<b>485</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>39</b>	<b>238,6</b>	<b>4,1</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>75,1</b>	<b>79,0</b>	<b>237,8</b>	<b>1 940,7</b>	<b>0,7</b>	<b>1,1</b>	<b>33,4</b>	<b>638,6</b>	<b>12,6</b>



День: 7  
 Неделя:  
 Сезон: 2  
 Возрастная категория: Зимне-весенний  
 дошкольный возраст 1,5 до 7 лет

«    »                      2023 г.

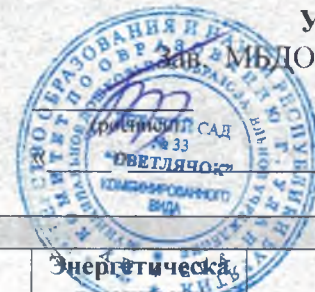


Утверждено  
 Зав. МДОУ детского сада № 33  
 Борисова Ю.Г.  
 (Ф.И.О. заведующего)  
 2023 г.

Завтрак											
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины мг			Минеральные в-ва, мг	
			Б	Ж	У		К	В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	С	Са
	Каша гречневая	180/200	8,6	7,2	31,4	216,7	0,2	0,3	0,9	204,6	1,3
	Чай с молском	180/200	2,8	2,8	15,4	93,3	0	0,1	0,5	104,3	0,3
	Бутерброд с сыром	30/5/10	2,4	7,5	15,2	137,1	0	0	0	8,1	0,6
	<b>Итого:</b>		<b>13,8</b>	<b>17,5</b>	<b>62,0</b>	<b>447,1</b>	<b>0,2</b>	<b>0,4</b>	<b>1,4</b>	<b>317</b>	<b>2,2</b>
II Завтрак											
	Морс	100/100	1,4	0,3	12,1	64,2	0,1	0	37	47,2	0,5
	<b>Итого:</b>		<b>1,4</b>	<b>0,3</b>	<b>12,1</b>	<b>64,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>37</b>	<b>47,2</b>	<b>0,5</b>
Обед											
	Рассольник со сметаной	180/200	2,2	5,1	15,6	116,8	0,1	0	7	35,3	1,4
	Рыба под овощами	60/80	9,8	11,0	8,8	173,9	0	0,1	0,7	26,2	1,4
	Картофельное пюре	120/150									
	Кисель	180/200	2,3	0,2	15,1	71,0	0	0	0	6,9	0,6
	Хлеб пшеничный	40/50									
	Хлеб ржаной	30/40	0,4	0	26,9	111,0	0	0	0,2	28,5	1,1
	<b>Итого:</b>		<b>23,9</b>	<b>26,8</b>	<b>110,9</b>	<b>785,0</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>47,7</b>	<b>247</b>	<b>8,4</b>
Полдник											
	Чай	180/200	12,8	7,4	7,7	147,2	0,1	0	2,6	38,4	1,3
	Кондитерское изделие	50									
	<b>Итого:</b>		<b>12,8</b>	<b>7,4</b>	<b>7,7</b>	<b>147,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>2,6</b>	<b>38,4</b>	<b>1,3</b>
Ужин											
	Омлет	120/150	13,0	5,0	2,5	106,9	0,1	0,1	0,3	33,9	0,8
	Чай с сахаром	180/200	2,9	3,1	15,7	96,9	0	0,2	0,5	115,2	0,6
	Хлеб	30									
	Фрукт	100									
	<b>Итого:</b>		<b>26,4</b>	<b>24,5</b>	<b>68,3</b>	<b>592,3</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>16,4</b>	<b>360,2</b>	<b>4,9</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>65,5</b>	<b>69,1</b>	<b>253,3</b>	<b>1 888,6</b>	<b>0,9</b>	<b>1</b>	<b>102,5</b>	<b>971,4</b>	<b>16</b>



День: 8  
 Неделя: 2  
 Сезон: Зимне-весенний  
 Возрастная категория: Дошкольный возраст 1,5 до 7 лет



Утверждено  
 МБДОУ детского сада № 33  
 Борисова Ю.Г.  
 (Ф.И.О. заведующего)  
 2023 г.

Завтрак											
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины мг			Минеральные в-ва, мг	
			Б	Ж	У		К	В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	С	Са
	Каша «Дружба»	180/200	1,1	5,3	4,6	71,4	0	0	4,2	24,6	0,4
	Чай с сахаром	180/200	5,9	6,5	9,6	110,0	0,1	0,3	1,1	226,8	0,2
	Бутерброд с маслом	30/5	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0	0	11,5	1
	<b>Итого:</b>		<b>18,9</b>	<b>25,8</b>	<b>41,0</b>	<b>460,9</b>	<b>0,2</b>	<b>0,6</b>	<b>5,4</b>	<b>318,6</b>	<b>3</b>
II Завтрак											
	Снежок	100/100	0,7	0,7	16,2	77,8	0,1	0	6,8	24,6	3,4
	<b>Итого:</b>		<b>0,7</b>	<b>0,7</b>	<b>16,2</b>	<b>77,8</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>6,8</b>	<b>24,6</b>	<b>3,4</b>
Обед											
	Суп с клецками	180/200	2,4	2,9	19,3	113,2	0,1	0,1	9,6	24,7	1,2
	Рис отварной	120/150									
	Напиток из шиповника	180/200									
	Котлета мясная	60/80									
	Закуска	30/50									
	Хлеб пшеничный	40/50	0,4		26,9	111,0	0	0	0,2	28,5	1,1
	Хлеб ржаной	30/40	2,3	0,2	15,1	71,0	0	0	0	6,9	0,6
	<b>Итого:</b>		<b>29,0</b>	<b>24,4</b>	<b>132,7</b>	<b>863,9</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>16,4</b>	<b>141,9</b>	<b>11</b>
полдник											
	Кондитерское изделие	50	18,7	15,8	21,9	320,2	0	0,4	1,6	176,2	2
	Чай	180/200									
	<b>Итого:</b>		<b>18,7</b>	<b>15,8</b>	<b>21,9</b>	<b>320,2</b>	<b>0</b>	<b>0,4</b>	<b>1,6</b>	<b>176,2</b>	<b>2</b>
Ужин											
	Макароны с сыром	120/150	5,6	4,9	8,1	104,8	0	0,3	0,2	223,2	0,2
	Чай с молоком	180/200	2,4	3,8	28,0	155,6	0	0	0	10	0,8
	Хлеб	30									
	Конфета	30									
	<b>Итого:</b>		<b>26,7</b>	<b>24,5</b>	<b>58,0</b>	<b>580,6</b>	<b>0</b>	<b>0,7</b>	<b>1,8</b>	<b>409,4</b>	<b>3</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>75,3</b>	<b>75,4</b>	<b>247,9</b>	<b>1 983,5</b>	<b>0,7</b>	<b>1,7</b>	<b>30,4</b>	<b>894,5</b>	<b>20,4</b>







День: 10  
 Неделя: 2  
 Сезон: Зимне-весенний  
 Возрастная категория: дошкольный возраст 1,5 до 7 лет  
 « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г.



Утверждено  
 детского сада № 33  
 Борисова Ю.Г. (роспись)  
 2023 г.

Завтрак											
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины мг			Минеральные в-ва, мг	
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	С	Са	Fe
	Каша геркулесовая	180/200	8,2	7,7	39,0	253,3	0,2	0,1	2,7	131,7	1,6
	Чай с молоком	180/200	2,6	2,8	14,0	87,0	0	0,1	0,5	103,5	0,5
	Бутерброд с повидлом	30/5/10	2,3	0,2	15,1	71,0	0	0	0	6,9	0,6
	<b>Итого:</b>		<b>13,1</b>	<b>10,7</b>	<b>68,1</b>	<b>411,3</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>3,2</b>	<b>242,1</b>	<b>2,7</b>
II Завтрак											
	Сок	130/150	1,0	0,2	19,6	89,2	0	0	1,6	12,6	2,5
	<b>Итого:</b>		<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>89,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1,6</b>	<b>12,6</b>	<b>2,5</b>
Обед											
	Суп с домашней лапшой	180/200	7,6	7,5	17,8	169,7	0,1	0,1	9	28,7	2
	Перловка отварная	130/150									
	Гуляш из мяса	60/80	6,9	10,8	29,0	243,5	0,2	0,2	16,2	127,7	3,9
	Кисель	180/200	0,4		26,9	111,0	0	0	0,2	28,5	1,1
	Хлеб пшеничный	40/50									
	Хлеб ржаной	30/40	2,3	0,2	15,1	71,0	0	0	0	6,9	0,6
	<b>Итого:</b>		<b>21,6</b>	<b>20,3</b>	<b>113,0</b>	<b>727,7</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>31,4</b>	<b>226,5</b>	<b>9,4</b>
Полдник											
	Йогурт	180/200	0,5	0,1	1,5	8,1	0	0	2,4	12,4	0,5
	Кондитерское изделие	30									
	<b>Итого :</b>		<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>1,5</b>	<b>8,1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2,4</b>	<b>12,4</b>	<b>0,5</b>
Ужин											
	Азу по-татарски	170/200	5,5	8,0	41,8	261,0	0,1	0	0	12	0,4
	Чай с сахаром	180/200	5,7	3,5	40,3	215,4	0,1	0	0	13,7	0,5
	Хлеб	30									
	<b>ИТОГО:</b>		<b>24,1</b>	<b>20,1</b>	<b>81,2</b>	<b>614,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,4</b>	<b>0,3</b>	<b>327</b>	<b>1,8</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>65,9</b>	<b>52,4</b>	<b>277,4</b>	<b>1 870,7</b>	<b>0,7</b>	<b>1,2</b>	<b>42,7</b>	<b>933,9</b>	<b>19,5</b>



# МЕНЮ

Утверждаю заведующий МБДОУ «Светлячок» № 33 Борисова Ю.Г.



МЕНЮ НА 27 ФЕВРАЛЯ		
	если	сад
<b>ЗАВТРАК</b>		
каша манная на молоке	180	200
какао с молоком	180	180
Бутерброд с сыром	30/5/10	
<b>II ЗАВТРАК</b>		
Сок	130	150
<b>ОБЕД</b>		
Щи на м.к.б.	180	200
биточки из индейки	60	80
гречка отварная	120	150
соус томатный с овощами	30	30
Компот	180	200
Закуска	30	50
хлеб ржаной	30	40
хлеб пшеничный	40	50
<b>ПОЛДНИК</b>		
кондитерское изделие	30/50	
чай с молоком	180	200
<b>УЖИН</b>		
Суп молочный рисовый	180	200
Хлеб	30	50
конфета	30	30

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!

# МЕНЮ

Утверждаю заведующий МБДОУ «Светлячок» № 33 Борисова Ю.Г.



МЕНЮ НА 28 ФЕВРАЛЯ		
	если	сад
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша кукурузная на молоке	180	200
Чай с молоком	180	200
Бутерброд с маслом	30/5	
<b>II ЗАВТРАК</b>		
Напиток из шиповника	100	100
<b>ОБЕД</b>		
Борщ со сметаной	180	200
Перловка отварная	120	150
Гуляш из мяса	60	80
Кисель	180	200
хлеб		
пшеничный	40	50
хлеб ржаной	30	40
<b>ПОЛДНИК</b>		
Чай	180	200
пирожок	50	50
<b>УЖИН</b>		
горячий бутерброд	45	45
яйцо отварное	1	1
Чай с лимоном	180	200
Фрукт	100	

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!





# МЕНЮ

Утверждаю заведующий МБДОУ  
Борисова Ю.Г.

МЕНЮ НА 1 МАРТА	ясли (гр.)	сад (гр.)
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша геркулесовая на молоке	180	200
Чай с молоком	180	200
Бутерброд с повидлом	30/5/10	
<b>II ЗАВТРАК</b>		
Снежок	100	100
<b>ОБЕД</b>		
Суп харчо на м.к.б.	180	200
Макароны отварные	120	150
Печень по-строгоновки	60	80
Компот	180	200
Хлеб ржаной	30	40
Хлеб пшеничный	40	50
<b>ПОЛДНИК</b>		
Чай черный	180	200
Кондитерское изделие	30	50
<b>УЖИН</b>		
овощное рагу	150	180
Чай с сахаром	180	200
хлеб пшеничный	30	30

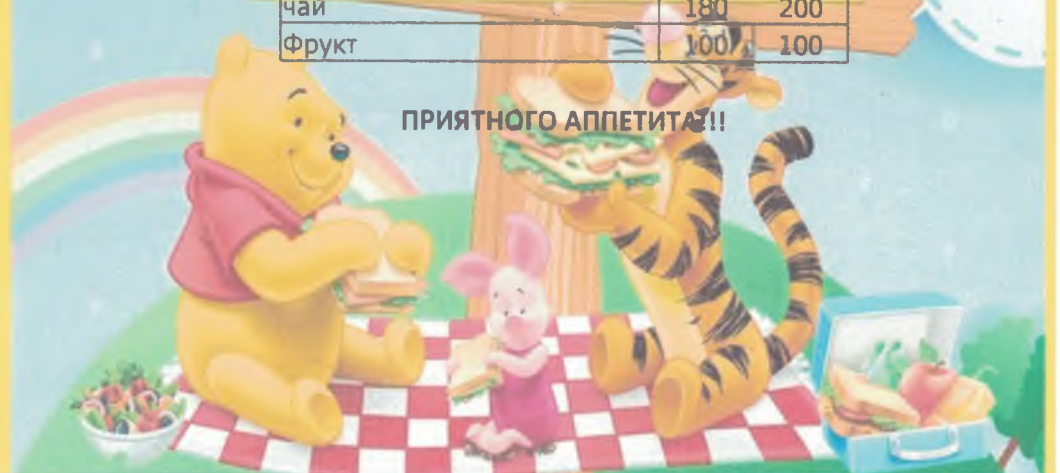
ПРИЯТНОГО  
АППЕТИТА!!

# МЕНЮ

Утверждаю заведующий МБДОУ  
Борисова Ю.Г.

МЕНЮ НА 2 МАРТА	ясли (гр.)	сад (гр.)
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша гречневая на молоке	180	200
Чай с молоком	180	200
Батон с маслом и сыром	30/5/10	
<b>II ЗАВТРАК</b>		
Морс	100	100
<b>ОБЕД</b>		
Суп гороховый	180	200
Картофельное пюре	120	150
Котлета рыбная	60	80
Соус	30	30
Кисель	180	200
хлеб пшеничный	40	50
хлеб ржаной	30	40
<b>ПОЛДНИК</b>		
кондитерское изделие	30	50
Чай с сахаром	180	200
<b>УЖИН</b>		
Творожно-манная запеканка с сахаром	130/150	
чай с сахаром	180	200
Фрукт	100	100

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!





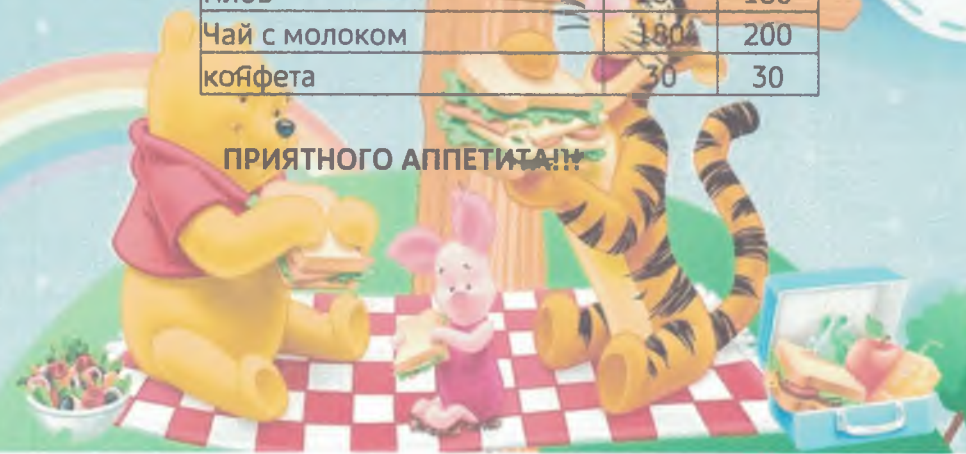
# МЕНЮ

Утверждаю заведующий  
МБДОУ  
Борисова Ю.Г.



МЕНЮ НА 3 МАРТА		
ЗАВТРАК	ясли (гр.)	сад (гр.)
Каша пшенная на молоке	180	200
Чай	180	200
Бутерброд с маслом	30/5	
II ЗАВТРАК		
Сок	130	150
ОБЕД		
Суп с макаронными изделиями	180	200
капуста тушеная с мясом	180	200
Напиток из шиповника	180	200
хлеб пшеничный	40	50
хлеб ржаной	30	40
ПОЛДНИК		
кондитерское изделие	3	50
Йогурт	180	200
УЖИН		
Плов	160	180
Чай с молоком	180	200
коффета	30	30

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!



# МЕНЮ

Утверждаю заведующий  
МБДОУ  
Борисова Ю.Г.



МЕНЮ НА 6 МАРТА		
ЗАВТРАК	ясли (гр.)	сад (гр.)
Каша манная на молоке	180	200
Какао	180	200
Бутерброд с маслом	30/5	
II ЗАВТРАК		
Сок	130	150
ОБЕД		
Суп полевой на м.к.б	180	200
макароны отварные	120	150
Печень по-строгоновски	60	80
Компот	180	200
хлеб пшеничный	40	50
хлеб ржаной	30	40
ПОЛДНИК		
булочка с повидлом	50	50
чай с молоком	180	200
УЖИН		
Салат	30	50
голубцы ленивые	120	150
чай с сахаром и лимоном	180	200
Хлеб	30	30

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!





# МЕНЮ

Утверждаю заведующий  
МБДОУ Борисова Ю.Г.

МЕНЮ НА 7 МАРТА		
<b>ЗАВТРАК</b>	Если	сад
Каша гречневая на молоке *	300	200
Чай с молоком	180	200
Бутерброд с сыром	30/5/10	
<b>II ЗАВТРАК</b>		
Морс	100	100
<b>ОБЕД</b>		
Рассольник на м.к.б	180	200
Картофельное пюре	120	150
Рыба под овощами	60	80
Кисель	180	200
хлеб пшеничный	40	50
хлеб ржаной	30	40
<b>ПОЛДНИК</b>		
кондитерское изделие	50	50
чай	180	200
<b>УЖИН</b>		
Омлет	120	120
Чай с сахаром	180	200
Хлеб	30	30
Фрукт	100	100

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!

# МЕНЮ

Утверждаю заведующий  
МБДОУ Борисова Ю.Г.

МЕНЮ НА 9 МАРТА		
<b>ЗАВТРАК</b>	Если	сад
Каша ячневая на молоке	180	200
Какао	180	200
Бутерброд с маслом *	30/5	
<b>II ЗАВТРАК</b>		
морс	100	100
<b>ОБЕД</b>		
Свекольник со сметаной на м.к.б	180	200
Гречка отварная	120	150
Гуляш из индейки	60	80
Компот	180	200
хлеб пшеничный	40	50
хлеб ржаной	30	40
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кондитерское изделие	50	50
Чай с сахаром	180	200
<b>УЖИН</b>		
Ватрушка королевская	130/150	
Чай	180	200
Фрукт	100	100

ПРИЯТНОГО  
АППЕТИТА!!!





# МЕНЮ

Утверждаю заведующий  
 МБДОУ Борисова Ю.Г.



МЕНЮ НА 10 МАРТА		
<b>ЗАВТРАК</b>	если сад	
Каша геркулесовая на молоке	180	200
Чай с молоком	180	200
Бутерброд с повидлом	30/5/10	
<b>II ЗАВТРАК</b>		
Сок	130	150
<b>ОБЕД</b>		
Суп с домашней лапшой на м.к.б	180	200
Перловка отварная	120	150
Гуляш из мяса	60	80
Кисель	180	200
хлеб		
пшеничный	40	50
хлеб ржаной	30	40
<b>ПОЛДНИК</b>		
Йогурт	180	200
кондитерское изделие	30	50
<b>УЖИН</b>		
Азу по-татарски	170	200
хлеб	30	30
Чай с сахаром	180	200

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!

