

Утверждаю
ДОУ д/с № 22
Орлова А.А.

д/с № 22

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 ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ 155	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ 150	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" 150	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 150	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ 150	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННО- Й) 30	БУТЕРБРОД БАТОН С МАСЛОМ 35	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15	БУТЕРБРОД БАТОН С МАСЛОМ 40	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40	БУТЕРБРОД БАТОН С СЫРОМ 45	ХЛЕБ РЖАНОЙ 15
ПЕЧЕНЬЕ 20	БАТОН 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 43	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
ХЛЕБ РЖАНОЙ 15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 15	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180		ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180
				ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25					
II Завтрак									
СОК ФРУКТОВЫЙ 100	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 100	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 100
Обед									
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 180	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 180	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 50	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ, ОГУРЦОВ И ПОМИДОРА 50	СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ 180	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 50	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 180	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВКАМИ 180	САЛАТ ЛЕТНИЙ 50
ГУЛЯШ ИЗ МЯСО 70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130	РАГУ ОВОЩНОЕ 130	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И КАПУСТОЙ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	СОУС МОЛОЧНЫЙ 20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ 180
КАША РАССЫПАЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 130	ХЛЕБ РЖАНОЙ 13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ 130	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 70	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	СУФЛЕ КУРИНОЕ 70
ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10	РЫБА ПРИПУЩЕННА С ОВОЩАМИ 70	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 15	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 10	РИС ОТВАРНОЙ 130	ХЛЕБ РЖАНОЙ 10	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 70	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20
КИСЕЛЬ 180	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ 70	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 70	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	КИСЕЛЬ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 50	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ 50	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ 50		ПТИЦА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ 70	КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ 70		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ 130	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180
								СУФЛЕ КУРИНОЕ 70	
Полдник									
ЧАЙ С САХАРОМ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КЕФИР 200	ЧАЙ С САХАРОМ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КЕФИР 185	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КЕФИР 180
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 70	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ 80	ВАТРУШКА "ЛАКОМКА" 70	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 70	ПОЛОСКА ПЕСОЧНАЯ С ПОВИДЛОМ 50	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ 70	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 70	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ 65	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 100	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10
									БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" 60