

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий ГБДОУ №64

Е.В. Тимофеева

МЕНЮ Ясли 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 20	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ 130	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 20	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 20	ГОРОШЕК БЕЛЫЙ ОТВАРНОЙ 10	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 20
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 130	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 130	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 150/12	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 130	КАША "ДРУЖБА" 130	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 130	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 130	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 130	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 130	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 130
КАКАО С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	АПЕЛЬСИН 95	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 150/12	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150
МАНДАРИН 95		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАНАН 95	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2.5 % ЖИРНОСТИ 100	АПЕЛЬСИН 95	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 100	ГРУША 95	ЯБЛОКО 95	АПЕЛЬСИН 95
							ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15		
II Завтрак									
ЙОГУРТ 2.5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ 180	КЕФИР 2.5 % ЖИРНОСТИ 170	ЙОГУРТ 2.5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ 180	КЕФИР 2.5 % ЖИРНОСТИ 170	СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ 150	ЙОГУРТ 2.5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ 180	СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ 150	РЖЕНКА 2.5 % ЖИРНОСТИ 180	КЕФИР 2.5 % ЖИРНОСТИ 150	ЙОГУРТ 2.5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ 180
Обед									
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ 30	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ 30	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 40	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ 20/20	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ 40	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ 40
БУЛЬОН С ЯЙЦОМ, ГРЕЧКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЫМ ПЕТРУШКИ 150/20/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЫМ ПЕТРУШКИ 150/10/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЫМ ПЕТРУШКИ 150/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, С ЗЕЛЕНЫМ ПЕТРУШКИ 150/20	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЫМ ПЕТРУШКИ 150/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕЧКАМИ, ГОВЯДИНОЙ, ФРИКАДЕЛЬКАМИ 150/25/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 150/30	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ 150/10/5	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЫМ ПЕТРУШКИ 150/20/5	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЫМ ПЕТРУШКИ 150/15/5
ПШЕНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ 50	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 160	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ 50/20	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ 50	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 160	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ 60	СУФЛЕ КУРИНОЕ 50	ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ 60	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛОВИТЕЛЬСКИЕ 50	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) 50
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 110	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ 110	КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 110	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ 150	РАГУ ОВОЩНОЕ 110	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 120	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ 110	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ 110
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 150	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 150	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 150	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150	СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ 150	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ 150	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 150
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20
Полдник									
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 130	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ 60	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 30	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 30	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ 60	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40

СОУС ЯБЛОЧНЫЙ 30	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 160	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ СЯНЦАМИ 50	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 60	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 160	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 130	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ 110	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 160	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 130
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ 110	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ 110	ЧАЙ С САХАРОМ 150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ 180	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 150/12	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ 150	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 150/12
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ 100	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ 40	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/74	ПРЯНИКИ 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 40	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 45	СЛОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 40
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 45	ВАТРУШКА СТВОРОГОМ 50	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ 100		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	
	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20				