|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБДОУ детский сад №142* |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Синюкова МарияВладимировна |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **Ясли 12 часов** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **1 день** | **2 день** | **3 день** | **4 день** | **5 день** | **6 день** | **7 день** |  |
|  | **Завтрак** |  |
|  | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ110 | КАША ПШЕННАЯЖИДКАЯ 150 | КАША ОВСЯНАЯ"ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ150 | КАША МАННАЯЖИДКАЯ 150 | КАША "ДРУЖБА" 150 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ110 | КАША ГРЕЧНЕВАЯВЯЗКАЯ 150 |  |
|  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОКС МОЛОКОМ 150 | КАКАО С МОЛОКОМ 150 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОКС МОЛОКОМ 150 | КАКАО С МОЛОКОМ 150 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОКС МОЛОКОМ 150 | КАКАО С МОЛОКОМ 150 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОКС МОЛОКОМ 150 |  |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМИ СЫРОМ 30/3/8 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМИ СЫРОМ 30/3/8 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 3 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМИ СЫРОМ 30/3/8 |  |
|  |  |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 3 |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 3 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 |  |  |
|  | **II Завтрак** |  |
|  | СОКИ ОВОЩНЫЕ,ФРУКТОВЫЕ ИЯГОДНЫЕ 100 | СОКИ ОВОЩНЫЕ,ФРУКТОВЫЕ ИЯГОДНЫЕ 100 | СОКИ ОВОЩНЫЕ,ФРУКТОВЫЕ ИЯГОДНЫЕ 100 | СОКИ ОВОЩНЫЕ,ФРУКТОВЫЕ ИЯГОДНЫЕ 100 | СОКИ ОВОЩНЫЕ,ФРУКТОВЫЕ ИЯГОДНЫЕ 100 | СОКИ ОВОЩНЫЕ,ФРУКТОВЫЕ ИЯГОДНЫЕ 100 | ЯБЛОКО 100 |  |
|  | **Обед** |  |
|  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫСЧЕСНОКОМ 30 | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ(КОНСЕРВИРОВАННОЙ) 30 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ СОГУРЦАМИСОЛЕНЫМИ 30 | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 30 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ССЫРОМ 30 | САЛАТ ИЗ ГОРОШКАЗЕЛЕНОГОКОНСЕРВИРОВАННОГО 30 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 30 |  |
|  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙКАПУСТЫ СКАРТОФЕЛЕМ 150 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СКРУПОЙ 150 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СМАКАРОННЫМИИЗДЕЛИЯМИ 150 | БОРЩ С КАПУСТОЙ ИКАРТОФЕЛЕМ 150 | СУП "ХАРЧО" 150 | СВЕКОЛЬНИК СОСМЕТАНОЙ 150 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СКРУПОЙ 150 |  |
|  | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ110 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 115 | ГУЛЯШ 30/17 | ЗАПЕКАНКАКАРТОФЕЛЬНАЯ СМЯСОМ 130 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕИЗ ПТИЦЫ 50 | СОУС ТОМАТНЫЙ№348 20 | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 50 |  |
|  | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)50 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | КАША ГРЕЧНЕВАЯРАССЫПЧАТАЯ 110 | СОУС СМЕТАННЫЙ№354 20 | ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ 105 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)50 | МАКАРОННЫЕИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ110 |  |
|  | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХПЛОДОВ 150 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИСУХОФРУКТОВ 150 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИСУХОФРУКТОВ 150 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХПЛОДОВ 150 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ 110 | КИСЕЛЬ 150 |  |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 25 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХПЛОДОВ 150 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИСУХОФРУКТОВ 150 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 |  |
|  |  |  |  |  |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 |  |  |
|  | **Полдник** |  |
|  | КЕФИР 150 | КЕФИР 150 | БИФИДОК 150 | КЕФИР 150 | КЕФИР 150 | КЕФИР 150 | КЕФИР 150 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| БУЛОЧКА 40 | ПЕЧЕНЬЕ 30 | ГРЕНКИ ИЗПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ40 | СУШКА 25 | ПРЯНИКИ 30 |
| **Ужин** |
| САЛАТ ИЗ ЯБЛОК СИЗЮМОМ 30 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ60 | САЛАТ ИЗ ГОРОШКАЗЕЛЕНОГОКОНСЕРВИРОВАННОГО 30 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 30 | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯС ЗЕЛЕНЫМГОРОШКОМ, ЯЙЦОМ150 | САЛАТ ИЗ ЯБЛОК СИЗЮМОМ 50 | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ(КОНСЕРВИРОВАННОЙ) 30 |
| КРУПЕНИК ИЗ СМЕСИКРУП 120 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 110 | КОТЛЕТЫ ИЛИБИТОЧКИ РЫБНЫЕЗАПЕЧЕННЫЕ 50 | ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯС ТВОРОГОМ 110 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25 | ЗАПЕКАНКА ИЗМАКАРОН С ТВОРОГОМ130 | РЫБА, ТУШЕННАЯ СОВОЩАМИ 50 |
| ЧАЙ С САХАРОМ 150 | ЧАЙ С САХАРОМ 150 | СОУС ТОМАТНЫЙ№364 15 | СОУС МОЛОЧНЫЙ(СЛАДКИЙ) 30 | ЧАЙ С САХАРОМ 150 | СОУС МОЛОЧНЫЙ(СЛАДКИЙ) 20 | КАРТОФЕЛЬОТВАРНОЙ 120 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ100 | ЧАЙ С САХАРОМ 150 |  | ЧАЙ С САХАРОМ 150 | ЧАЙ С САХАРОМ 150 |
|  |  | ЧАЙ С САХАРОМ 150 |  |  |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБДОУ детский сад №142* |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Синюкова МарияВладимировна |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **Ясли 12 часов** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8 день** | **9 день** | **10 день** | **11 день** | **12 день** | **13 день** | **14 день** | **15 день** |
| **Завтрак** |
| КАША РИСОВАЯЖИДКАЯ 150 | КАША ПШЕНИЧНАЯЖИДКАЯ 150 | КАША "ДРУЖБА" 150 | КАША МАННАЯЖИДКАЯ 150 | КАША ПШЕННАЯЖИДКАЯ 150 | КАША РИСОВАЯЖИДКАЯ 150 | КАША "АССОРТИ" 150 | КАША ОВСЯНАЯ"ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ150 |
| КАКАО С МОЛОКОМ 150 | КАКАО С МОЛОКОМ 150 | КАКАО С МОЛОКОМ 150 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОКС МОЛОКОМ 150 | КАКАО С МОЛОКОМ 150 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОКС МОЛОКОМ 150 | КАКАО С МОЛОКОМ 150 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОКС МОЛОКОМ 150 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 4 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМИ СЫРОМ 30/3/8 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМИ СЫРОМ 30/3/8 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМИ СЫРОМ 30/3/8 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМИ СЫРОМ 30/3/8 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМИ СЫРОМ 30/3/8 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 |  |  |  |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 3 |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 3 |
| **II Завтрак** |
| СОКИ ОВОЩНЫЕ,ФРУКТОВЫЕ ИЯГОДНЫЕ 100 | СОКИ ОВОЩНЫЕ,ФРУКТОВЫЕ ИЯГОДНЫЕ 100 | СОКИ ОВОЩНЫЕ,ФРУКТОВЫЕ ИЯГОДНЫЕ 100 | СОКИ ОВОЩНЫЕ,ФРУКТОВЫЕ ИЯГОДНЫЕ 100 | СОКИ ОВОЩНЫЕ,ФРУКТОВЫЕ ИЯГОДНЫЕ 100 | ГРУША 100 | СОКИ ОВОЩНЫЕ,ФРУКТОВЫЕ ИЯГОДНЫЕ 100 | СОКИ ОВОЩНЫЕ,ФРУКТОВЫЕ ИЯГОДНЫЕ 100 |
| **Обед** |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 30 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫСЧЕСНОКОМ 30 | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ(КОНСЕРВИРОВАННОЙ) 30 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ССЫРОМ 30 | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 30 | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ(КОНСЕРВИРОВАННОЙ) 30 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 30 | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 40 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ150 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СКЛЕЦКАМИ 150 | РАССОЛЬНИК 150 | СУП С МАКАРОННЫМИИЗДЕЛИЯМИ 150 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СГОРОХОМ 150 | СВЕКОЛЬНИК СОСМЕТАНОЙ 150 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙКАПУСТЫ СКАРТОФЕЛЕМ 150 | РАССОЛЬНИК 150 |
| ПТИЦА ТУШЕНАЯ 50 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ180 | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ВСМЕТАННОМ СОУСЕ60/10 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)50 | СУФЛЕ ИЗ КУР(ПАРОВОЕ) 50 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 145 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ160 | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 50 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯРАССЫПЧАТАЯ 110 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИСУХОФРУКТОВ 150 | КАРТОФЕЛЬОТВАРНОЙ 125 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ 110 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ110 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИСУХОФРУКТОВ 150 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИСУХОФРУКТОВ 150 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ130 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХПЛОДОВ 150 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИСУХОФРУКТОВ 150 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИСУХОФРУКТОВ 150 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХПЛОДОВ 150 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИСУХОФРУКТОВ 150 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 |  |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 |
| **Полдник** |
| ЙОГУРТ 150 | КЕФИР 150 | КЕФИР 150 | КЕФИР 150 | РЯЖЕНКА 150 | КЕФИР 150 | КЕФИР 150 | КЕФИР 150 |
| ВАФЛИ 25 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25 | ПЕЧЕНЬЕ 30 | ВАТРУШКА ИЗДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА40 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | ПРЯНИКИ 30 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ40 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 |
| **Ужин** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ80 | САЛАТ ИЗ ЯБЛОК СИЗЮМОМ 50 | ОЛАДЬИ С МОЛОКОМСГУЩЕНЫМ 140/20 | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯС ЗЕЛЕНЫМГОРОШКОМ, ЯЙЦОМ150 | САЛАТ ИЗ ГОРОШКАЗЕЛЕНОГОКОНСЕРВИРОВАННОГО 50 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 30 | САЛАТ ИЗ ЯБЛОК СИЗЮМОМ 30 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ80 |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ70 | ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯС ТВОРОГОМ 130 | ЧАЙ С САХАРОМ 180 | ЧАЙ С САХАРОМ 150 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕИЗ ПТИЦЫ 50 | КОТЛЕТЫ ИЛИБИТОЧКИ РЫБНЫЕЗАПЕЧЕННЫЕ 50 | ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ(ОТВАРНЫЕ) 130 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ70 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25 | СОУС МОЛОЧНЫЙ(СЛАДКИЙ) 25 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25 | КАША ГРЕЧНЕВАЯРАССЫПЧАТАЯ 110 | СОУС ТОМАТНЫЙ№364 15 | СОУС МОЛОЧНЫЙ(СЛАДКИЙ) 30 | ЧАЙ С САХАРОМ 150 |
| ЧАЙ С САХАРОМ 150 | ЧАЙ С САХАРОМ 150 |  |  | ЧАЙ С САХАРОМ 150 | РИС ОТВАРНОЙ 90 | ЧАЙ С САХАРОМ 150 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 |
|  |  |  |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | ЧАЙ С САХАРОМ 150 |  |  |
|  |  |  |  | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯС ЗЕЛЕНЫМГОРОШКОМ, ЯЙЦОМ150 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 |  |  |
|  |  |  |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25 |  |  |  |

.