УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 3 «Беркат»

 г. Шали

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.Ю.Юсупова

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**МЕНЮ**

Сад 12 часов (3-7)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 день | 2 день | 3 день | 4.день | 5 день | 6 день | 7 день | 8 день | 9 день | 10 день |
| **02.09.2024г.** | **03.09.2024г.** | **04.09.2024г.** | **05.09.2024г.** | **05.09.2024г.** | **06.09.2024г.** | **09.09.2024г.** | **10.09.2024г.** | **11.09.2024г.** | **12.09.2024г.** |
| Завтрак |
| 1.Каша кукурузная вязкая -1802.Бутерброд с маслом -35/53.Чай с сахаром- 185/15 | 1.Каша «Дружба»- 1802.Бутерброд с джемом -35/53.Какао с молоком- 180 | 1.Каша пщенная вязкая-1802. Бутерброд с маслом -35/53.Чай с сахаром -185/15 | 1.Каша манная -180 2. Бутерброд с сыром -35/5. 3.Какао с молоком- 180 | 1.Каша пщеничная жидкая -1802. Бутерброд с маслом -35/5. 3.Чай с сахаром185/15 | 1.Каша «Дружба»- 1802.Бутерброд с джемом -35/53.Какао с молоком- 180 | 1.Каша пщеничная жидкая -1802. Бутерброд с маслом -35/5. 3.Чай с сахаром185/15 | 1.Каша гречневая-вязкая-1802.Бутырброд с сыром-35/53. Какао с молоком- 180г. | 1.Каша кукурузная вязкая -1802.Бутерброд с маслом -35/53.Чай с сахаром- 185/15 | .Каша манная-180г.2.Бутырброд с джемом-35/53. Какао с молоком- 180г. |
| II -Завтрак |
| Печенье-20Сок-100 | Вафли-20Чай с сахар. 100/10 | Печенье-20Сок-100 | Вафли-20Чай с сахар. 100/10 | Печенье-20Сок-100 | Вафли-20Чай с сах. 100/10 | Печенье-20Сок-100 | Вафли-20Чай с сах. 100/10 | Печенье-20Сок-100 | Вафли-20Чай с сах. 100/10 |
| Обед |
| 1.Щи со сметаной на к/б -1802.Плов с курицей- 150г.3.Салат из свеклы с чесноком-504.Кисель-180г.5.Хлеб -45г. | 1.Суп картоф.на м/б-180.2.Рыба тушеная-70.Макаронныеиздотварные -1303.Салат морк. с зелгорошк.-504.Компот-1805 Хлеб-45г | 1.Борщ со сметан-на к/б-180г.2.Куриное мясо с подливой-70картофельное пюре-1303. Салат из свежих овощей-504.Кисель-1805. Хлеб-40 | 1.Суп из красной фасоли на м/б.-1802.Плов с мясом-1503.Салат из свежей капусты-604.Компот-180г.5 Хлеб -40г | 1.Рассольник перловой на к/б180г.2.Куриное филе с подливой-60гГречка рассыпчатая-1303.Салат из свежих овощей-504.Кисель-180г.5 Хлеб -45г | 1.Щи со сметан. на м/б-1802.Котлеты мясные-70Макаронные изделия отв-1303.Салат из свеклы с чесноком-504.Компот-1805.Хлеб -45 | 1.Суп с вермишелью на к/б-2002.Куриное мясо с подливой-70Картоф. пюре -130.3. Винегрет-504.Кисель-180г5. Хлеб -45 | 1.Рассольник перловой на м/б-2002.Плов с мясом-150г3.Салат из моркови с зел горошк-50.4.Компот-180г5. Хлеб -45г  | 1.Суп горохов-1802.Птица тушеная-70Макаронные изделия отв-1303.Салат из свеж. овощей-604.Кисель-180г.5. Хлеб -45г | 1.Борщ со смет-на м/б-180г2.Тефтели мясные с подливой-70г.Гречка рассыпчатая-130Салат из морк с зел. горошк-504.Компот-180г.5. Хлеб -45 |
| Уплотненный полдник |
| 1.Сырники из творога со сметано-60/52.Суп молочный с вермишелью-250.3.Чай с сахаром и лимоном-185/15/74.Хлеб-50 | 1.Суп молочный гречневый -2502.Йогурт-2003.Чай с сах.185/154.Хлеб-50 | 1.Булочка домашняя-60.2.Суп молочный рисовый -250г.-3.Компот-200г.4.Хлеб-45 | 1.Банан-200г.2.Вареники ленивые-200/30г.3.чай с сахаром и лимоном-185/15/7. | 1.Оладьи со сметаной-60г2.Суп молочный с вермишелью -200г.3.Компот-200г.4.Хлеб-50 | 1.Пирожки печеные-602.Суп молочный гречневый-200г.3.Чай с сахаром и лимоном-185/15/7 | 1.Булочка домашняя-60.2.Суп молочный рисовый -200г.-3.Компот-200г.4.Хлеб-45 | 1.Яблоки-100г2.Вареники ленивые с творогом-200г3.Чай с сахаром и лимоном-185/15/7 | 1.Блинчики с джемом-70/10г.2.Яйца вареные-40г3.Компот-180г4. Хлеб-50 | 1.Йогурт-250г2.Суп молочный рисовый-2503.Чай с сахаром 185/154. Хлеб-50 |