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 -180  2.Бутерброд с маслом -35/5  3.Чай с сахаром- 185/15 | 1.Каша «Дружба»- 180  2.Бутерброд с джемом -35/5  3.Какао с молоком- 180 | 1.Каша пщенная вязкая-180  2. Бутерброд с маслом -35/5  3.Чай с сахаром -185/15 | 1.Каша манная -180  2. Бутерброд с сыром -35/5. 3.Какао с молоком- 180 | 1.Каша пщеничная жидкая -180  2. Бутерброд с маслом -35/5.  3.Чай с сахаром  185/15 | 1.Каша «Дружба»- 180  2.Бутерброд с джемом -35/5  3.Какао с молоком- 180 | 1.Каша пщеничная жидкая -180  2. Бутерброд с маслом -35/5.  3.Чай с сахаром  185/15 | 1.Каша гречневая-вязкая-180  2.Бутырброд с сыром-35/5  3. Какао с молоком- 180г. | 1.Каша кукурузная вязкая -180  2.Бутерброд с маслом -35/5  3.Чай с сахаром- 185/15 | .Каша манная-180г.  2.Бутырброд с джемом-35/5  3. Какао с молоком- 180г. |
| II -Завтрак | | | | | | | | | |
| Печенье-20  Сок-100 | Вафли-20  Чай с сахар. 100/10 | Печенье-20  Сок-100 | Вафли-20  Чай с сахар. 100/10 | Печенье-20  Сок-100 | Вафли-20  Чай с сах. 100/10 | Печенье-20  Сок-100 | Вафли-20  Чай с сах. 100/10 | Печенье-20  Сок-100 | Вафли-20  Чай с сах. 100/10 |
| Обед | | | | | | | | | |
| 1.Щи со сметаной на к/б -180  2.Плов с курицей- 150г.  3.Салат из свеклы с чесноком-50  4.Кисель-180г.  5.Хлеб -45г. | 1.Суп картоф.на м/б-180.  2.Рыба тушеная-70  .Макаронныеиздотварные -130  3.Салат морк. с зелгорошк.-50  4.Компот-180  5 Хлеб-45г | 1.Борщ со сметан-на к/б-180г.  2.Куриное мясо с подливой-70  картофельное пюре-130  3. Салат из свежих овощей-50  4.Кисель-180  5. Хлеб-40 | 1.Суп из красной фасоли на м/б.-180  2.Плов с мясом-150  3.Салат из свежей капусты-60  4.Компот-180г.  5 Хлеб -40г | 1.Рассольник перловой на к/б180г.  2.Куриное филе с подливой-60г  Гречка рассыпчатая-130  3.Салат из свежих овощей-50  4.Кисель-180г.  5 Хлеб -45г | 1.Щи со сметан. на м/б-180  2.Котлеты мясные-70  Макаронные изделия отв-130  3.Салат из свеклы с чесноком-50  4.Компот-180  5.Хлеб -45 | 1.Суп с вермишелью на к/б-200  2.Куриное мясо с подливой-70  Картоф. пюре -130.  3. Винегрет-50  4.Кисель-180г  5. Хлеб -45 | 1.Рассольник перловой на м/б-200  2.Плов с мясом-150г  3.Салат из моркови с зел горошк-50.  4.Компот-180г  5. Хлеб -45г | 1.Суп горохов-180  2.Птица тушеная-70  Макаронные изделия отв-130  3.Салат из свеж. овощей-60  4.Кисель-180г.  5. Хлеб -45г | 1.Борщ со смет-на м/б-180г  2.Тефтели мясные с подливой-70г.  Гречка рассыпчатая-130  Салат из морк с зел. горошк-50  4.Компот-180г.  5. Хлеб -45 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | |
| 1.Сырники из творога со сметано-60/5  2.Суп молочный с вермишелью-250.  3.Чай с сахаром и лимоном-185/15/7  4.Хлеб-50 | 1.Суп молочный гречневый -250  2.Йогурт-200  3.Чай с сах.185/15  4.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-60г  2.Суп молочный с вермишелью -200г.  3.Компот-200г.  4.Хлеб-50 | 1.Пирожки печеные-60  2.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-100г  2.Вареники ленивые с творогом-200г  3.Чай с сахаром и лимоном-185/15/7 | 1.Блинчики с джемом-70/10г.  2.Яйца вареные-40г  3.Компот-180г  4. Хлеб-50 | 1.Йогурт-250г  2.Суп молочный рисовый-250  3.Чай с сахаром 185/15  4. Хлеб-50 |