

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ №37 _____ Васюкова Е.Ю.

**Перспективное меню МБДОУ «Детский сад компенсирующего вида №37 «Гвоздичка»
на зимне-весенний период 2023-2024гг
I неделя**

	1	2	3	4	5
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Каша молочная геркулесовая 210.0 Чай с сахаром 180.0 Бутерброд с маслом и сыром 55.0	Суп молочный из макаронных изделий 200.0 Чай с лимоном и сахаром 180.0 Бутерброд с маслом 45.0	Каша молочная пшеничная 210.0 Чай с сахаром 180.0 Бутерброд с маслом 45.0	Каша молочная кукурузная 210.0 Чай с лимоном и сахаром 180.0 Бутерброд с маслом 45.0	Пудинг творожный с изюмом со сгущенным молоком 110.0/15.0 Чай с сахаром 180.0 Бутерброд с маслом 45.0
II завтрак	Сок фруктовый 100.0	Фрукты свежие 100.0	Фрукты свежие 100.0	Фрукты свежие 100.0	Фрукты свежие 100.0
Обед	Борщ с фасолью и карто- фелем со сметаной 200.0 Рыба, запеченная в омлете 80.0 Каша рисовая с овощами 130.0 Компот из с/м ягод 180.0 Хлеб ржаной 50.0	Суп картофельный с гречневой крупой 200.0 Котлета мясная 70.0 Пюре картофельное 120.0 Компот из свежих яблок 180.0 Хлеб ржаной 50.0	Щи из капусты с картофелем на бульоне из птицы со сметаной 200.0 Плов из птицы 210.0 Сок овощной 140.0 Хлеб ржаной 50.0	Борщ с картофелем со сметаной 200.0 Голубцы с мясом и рисом 190.0 Напиток из плодов шиповника 180.0 Хлеб ржаной 50.0	Суп картофельный с горохом 200.0 Суфле из отварного мяса с рисом 70.0 Пюре картофельное с морковью 130.0 Компот из сухофруктов 180.0 Хлеб ржаной 50.0
Уплотненный полдник	Картофель, тушенный в соусе 150.0 Ряженка 150.0 Хлеб пшеничный 40.0 Печенье 20.0	Омлет натуральный 100.0 Икра кабачковая 45.0 Чай с сахаром 180.0 Хлеб пшеничный 35.0	Пудинг творожный с яблоком со сладким молочным соусом 110.0/50.0 Чай с сахаром 180.0 Хлеб пшеничный 40.0	Макаронные отварные с сыром 150.0 Чай с сахаром 180.0 Хлеб пшеничный 40.0	Каша молочная пшеничная 210.0 Чай с лимоном и сахаром 180.0 Хлеб пшеничный 40.0

II неделя

	6	7	8	9	10
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Каша молочная рисовая 210.0 Чай с сахаром 180.0 Бутерброд с маслом и сыром 55.0	Каша молочная ячневая 210.0 Чай с сахаром 180.0 Бутерброд с маслом 45.0	Каша молочная манная 210.0 Чай с сахаром 180.0 Бутерброд с маслом 45.0	Каша молочная гречневая 210.0 Чай с лимоном и сахаром 180.0 Бутерброд с маслом 45.0	Запеканка из творога с морковью 150.0 Чай с лимоном и сахаром 180.0 Бутерброд с маслом 45.0
II завтрак	Фрукты свежие 100.0	Фрукты свежие 100.0	Сок фруктовый 100.0	Фрукты свежие 100.0	Сок овощной 100.0
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 200.0 Тефтели рыбные в сметанном соусе 80/30 Каша пшеничная вязкая с маслом 130.0 Сок овощной 140.0 Хлеб ржаной 50.0	Суп картофельный с вермишелью 200.0 Голубцы ленивые 190.0 Компот из с/м фруктов 180.0 Хлеб ржаной 50.0	Борщ с капустой на б-не из птицы со сметаной 200.0 Птица, тушенная в соусе с овощами 230.0 Компот из свежих яблок 180.0 Хлеб ржаной 50.0	Суп картофельный с клецками 200.0 Тефтеля мясная с рисом в соусе 80/30 Капуста тушенная 150.0 Напиток из плодов шиповника 180.0 Хлеб ржаной 50.0	Рассольник ленинградский на мясном б-не со сметаной 200.0 Гуляш из отварного мяса 70/30 Макароны отварные с маслом 130.0 Компот из с/фруктов 180.0 Хлеб ржаной 50.0
Уплотненный полдник	Картофель в молоке 150.0 Омлет натур. 85.0 Ряженка 150.0 Хлеб пшеничный 35.0	Рагу из овощей 200.0 Чай с лимоном и сахаром 140.0 Булочка домашняя 80.0 Хлеб пшеничный 40.0	Пудинг творожный с рисом со сладким молочным соусом 200.0/50.0 Кефир 180.0 Хлеб пшеничный 40.0	Омлет натуральный 100.0 Икра кабачковая 40.0 Чай с сахаром 180.0 Хлеб пшеничный 40.0	Каша молочная пшеничная 210.0 Чай с сахаром 180.0 Хлеб пшеничный 40.0