

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ №37 _____ Васюкова Е.Ю.

**Перспективное меню МБДОУ «Детский сад компенсирующего вида №37 «Гвоздичка»
на летне-осенний период 2023г**

	1	2	3	4	5
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Макароны отварные с сыром 200.0 Какао с молоком 180.0 Бутерброд с маслом 45.0	Пудинг творожный с рисом 130.0 Соус молочный сладкий 50.0 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	Омлет натуральный 100.0 Огурец порционный 40.0 Чай с лимоном и сахаром 180.0 Бутерброд с маслом 45.0	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком 150/25 Чай с лимоном и сахаром 180.0 Бутерброд с маслом 45.0
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем 200.0 Котлета рыбная 80.0 Каша гречневая с овощами 130.0 Помидор порционный 40.0 Сок фруктовый 140.0 Хлеб ржаной 50.0	Суп картофельный с вермишелью 200.0 Мясо, тушенное с овощами в соусе 220.0 Огурец порционный 40.0 Компот из сухофруктов 180.0 Хлеб ржаной 50.0	Борщ зеленый 200.0 Плов из птицы 210.0 Икра кабачковая 50.0 Кисель из смородины 180.0 Хлеб ржаной 50.0	Суп картофельный с клецками 200.0 Пудинг из говядины 70.0/5.0 Капуста тушеная 150.0 Компот из свежих яблок 180.0 Хлеб ржаной 50.0	Борщ с картофелем 200.0 Голубцы с мясом и рисом 190.0 Помидор порционный 40.0 Компот из сухофруктов 180.0 Хлеб ржаной 50.0
Уплотненный полдник	Картофель, тушенный в соусе 200.0 Яйцо отварное 1 шт Ряженка 150.0 Вафли 25.0 Хлеб пшеничный 25.0	Каша молочная ячневая 210.0 Чай с сахаром 180.0 Булочка домашняя 80.0 Хлеб пшеничный 40.0	Тефтели рыбные в сметанном соусе 80/30 Пюре картофельное 120.0 Чай с лимоном и сахаром 180.0 Хлеб пшеничный 40.0	Каша молочная гречневая 210.0 Чай с сахаром 180.0 Печенье 25.0 Хлеб пшеничный 40.0	Каша молочная рисовая 210.0 Пирожок с яблоками 80.0 Чай с сахаром 180.0 Хлеб пшеничный 40.0

	6	7	8	9	10
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Каша молочная геркулесовая 210.0 Чай с сахаром 180.0 Бутерброд с маслом 45.0	Пудинг творожный с яблоком 130.0 Соус молочный сладкий 50.0 Чай с сахаром 180.0 Бутерброд с маслом 45.0	Суп молочный из макаронных изделий 200.0 Чай с сахаром 180.0 Бутерброд с маслом 45.0	Драчена 100.0 Икра кабачковая 65.0 Чай с лимоном и сахаром 180.0 Бутерброд с маслом и сыром 45.0	Каша молочная пшеничная 210.0 Чай с сахаром 180.0 Бутерброд с маслом 45.0
Обед	Борщ с фасолью и картофелем 200.0 Рыба, запеченная в омлете 80.0 Каша рисовая с овощами 130.0 Икра кабачковая 50.0 Компот из вишни 180.0 Хлеб ржаной 50.0	Рассольник ленинградский 200.0 Котлета мясная 80.0 Картофель отварной с маслом 125.0 Огурец порционный 40.0 Компот из сухофруктов 180.0 Хлеб ржаной 50.0	Щи зеленые на курином бульоне со сметаной 200.0 Птица, тушенная в соусе с овощами 230.0 Помидор порционный 40.0 Компот из свежих яблок 180.0 Хлеб ржаной 50.0	Суп картофельный с горохом 200.0 Тефтели мясные с рисом 80.0/5.0 Вермишель отварная с маслом 150.0 Огурец порционный 40.0 Напиток из плодов шиповника 180.0 Хлеб ржаной 50.0	Борщ с капустой и картофелем 200.0 Жаркое по-домашнему 220.0 Помидор порционный 40.0 Компот из сухофруктов 180.0 Хлеб ржаной 50.0
Уплотненный полдник	Рагу из овощей 200.0 Помидор порционный 50.0 Чай с лимоном и сахаром 180.0 Хлеб пшеничный 40.0 Яблоко свежее 100.0	Каша молочная манная 210.0 Чай с сахаром 180.0 Булочка домашняя 80.0 Хлеб пшеничный 35.0	Котлета рыбная любительская 80.0 Свекла, тушенная в соусе 150.0 Сок фруктовый 140.0 Хлеб пшеничный 35.0	Запеканка из творога с морковью 150.0 Соус молочный сладкий 50.0 Чай с сахаром 180.0 Хлеб пшеничный 40.0	Фрикадельки рыбные в молочном соусе 80/30 Капуста тушенная 150.0 Огурец порционный 40.0 Чай с лимоном и сахаром 180.0 Хлеб пшеничный 35.0