



Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Центр образования «Серебряное колечко» г. Астрахани № 81
Т.А. Гусенкова

МЕНЮ

Сад 12 часов

ОКТАБРЬ-ДЕКАБРЬ 2019 г.

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ 210	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ 210	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ 210	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С ТЫКВОЙ 210	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 210	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 210	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 210	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 210	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 210	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С ТЫКВОЙ 210
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 50/7/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 50/7	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 50/7	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50/11	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50/11	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ 57/25	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 50/11/7	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 60/11	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 60/11/7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 50/25
II Завтрак									
СОК АБРИКОСОВЫЙ 170	РЯЖЕНКА 155	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 170	СОК АБРИКОСОВЫЙ 170	КЕФИР С САХАРОМ 155	СОК ПЕРСИКОВЫЙ 170	РЯЖЕНКА С САХАРОМ 155	СОК АБРИКОСОВЫЙ 160	СОК ПЕРСИКОВЫЙ 170	КЕФИР С САХАРОМ 150
Обед									
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 60	САЛАТ "СВЕКОЛКА" 60	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ПОМИДОР С ЛУКОМ 60	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) 60	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 60	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ 60	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 60	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ПОМИДОР С ЛУКОМ 60	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 60
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 250	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б И СМЕТАНОЙ 250/7	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 250/6	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 250/10	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И КУРОЙ 250	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 250
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 210	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 200	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 80	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ 80	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 80	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 200	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ 200
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ 50	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 30	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 120	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 50	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180

КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 120	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 30	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150 0	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 55	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО- ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С" 180	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С" 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50			ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50		ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	

Уплотненный полдник

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА 120	СОЛЯНКА ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С РЫБОЙ 200	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) 120	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ СМЯСОМ И КАПУСТОЙ 180	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 120	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С САХАРОМ 120	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 120/25	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ И СВЕКЛЫ 60
СОУС СМЕТАННЫЙ (СЛАДКИЙ) 25	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ 50	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 25	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	СОУС СМЕТАННЫЙ 25	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 150
ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ВАФЛИ 20	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ПЕЧЕНЬЕ 35	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	БУЛОЧКА ОКТЯБРЕНОК СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 60/25	ПЕЧЕНЬЕ 30	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 50/25	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ 100	ПРЯНИКИ 30		ПРЯНИКИ 30	ВАФЛИ 20	АПЕЛЬСИН 100	ГРУША СВЕЖАЯ 100	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 50
БАНАН СВЕЖИЙ 100		ГРУША СВЕЖАЯ 100	АПЕЛЬСИН 100		БАНАН СВЕЖИЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100			ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100