

# МЕНЮ детского сада

## 1 неделя

1 ПОНЕДЕЛЬНИК		
	Наименование блюда	Ингредиенты
Завтрак	Каша пшеничная	Крупа пшеничная, вода, соль, сахар, масло сливочное
	Бутерброд	Хлеб, масло сливочное, сыр
	Чай	
Второй завтрак	Фрукты	
Обед	Суп с зеленой чечевицей	Картофель, вода, чечевичка зеленая, морковь, лук, соль,
	Рис/булгур	Крупа рисовая/булгур, соль
	Биточки паровые	Говядина, индейка, лук
	Овощная тарелка	Сезонные овощи
	Компот	
Уютный полдник	Жаркое с мясом	Индейка/говядина, лук, картофель, морковь, вода, томат
	Чай с лимоном	
Ужин	Булочка в асертменте Кисель	мука, соль, сахар, дрожжи, масло растительное, ванилин/корица/повидло

1 ВТОРНИК		
	Наименование блюда	Ингредиенты
Завтрак	Каша ячневая	Крупа ячневая, вода, соль, сахар, масло сливочное
	Бутерброд	Хлеб, масло сливочное, джем
	Чай	
Второй завтрак	Фрукты / сухофрукты	
Обед	Суп с фасолью	Картофель, вода, фасоль, морковь, лук, соль, масло растительное, зелень
	Рыба запеченная с овощами	Филе минтая, картофель, лук, морковь, зелень
	Салат из капусты и огурца	Капуста белокачанная, огурец, соль, масло растительное
	Компот	
	Макароны с сыром/Овощи	Макароны, вода, соль, сыр
Уютный полдник	Чай	
Ужин	Творожная запеканка	творог, мука, соль, сахар, минка, яйца, масло подсолнечное
	Какао	какао, вода, молоко, сахар

1 СРЕДА		
	Наименование блюда	Ингредиенты
Завтрак	Каша овсяная	Крупа овсяная, вода, соль, сахар, масло сливочное
	Бутерброд	Хлеб, масло сливочное, икра кабачковая
	Чай	
Второй завтрак	Фрукты / сухофрукты	
Обед	Суп с макаронными изделиями	Картофель, вода, макаронные изделия, морковь, лук, соль, масло растительное, зелень
	Гречка с овощами	Гречневая крупа, овощи, соль, масло сливочное
	Филе индейки в томатном соусе	Филе индейки, томатная паста, соль
	Сезонные овощи	
	Компот	
Уютный полдник	Омлет + сезонные овощи	яйца, молоко, соль.
Ужин	Чай	
	Пирожок с картошкой Кисель	Вода, соль, сахар, дрожжи, пшеничная мука, картофель, раст.масло

1 ЧЕТВЕРГ		
	Наименование блюда	Ингредиенты
Завтрак	Каша пшеничная	Крупа ячневая, вода, соль, сахар, масло сливочное
	Бутерброд горячий	Хлеб, масло сливочное, сыр
	Чай	
Второй завтрак	Фрукты / сухофрукты	
Обед	Борщ , сметана	Картофель, вода, свекла, морковь, лук, соль, масло растительное, капуста, зелень, томатная паста
	Макароны	Макароны, вода, соль
	Котлета запеченная	Фарш говяжий, фарш индейки, лук, сухари панировочные, растительное масло
	Овощная тарелка	
	Компот	
Уютный полдник	Зразы картофельная/ овощи/ какао	Вода, соль, сахар, корица, дрожжи, пшеничная мука, растительное масло
Ужин	Булочка с корицей/Чай	Индейка/говядина, картофель, лук

1 ПЯТНИЦА		
	Наименование блюда	Ингредиенты
Завтрак	Каша гречневая	Крупа гречневая, вода, соль, сахар, масло сливочное
	Бутерброд	Хлеб, масло сливочное, сыр
	Чай	
Второй завтрак	Фрукты /сухофрукты	
Обед	Суп картофельный с крупой	Картофель, вода, крупа, морковь, лук, соль, масло растительное, зелень
	Пюре картофельное	Картофель, масло, сливочное, соль
	Гуляш из отварного мяса (говядина)	Мякоть говядины, томатная паста, морковь, лук, соль
	Сезонные овощи	
	Компот	
Уютный полдник	Сладкий плов/ чай	рис, вода, соль, сухофрукты
Ужин	Манник/ Ряженка	Масло растительное, соль, сахар, вода/кефир, сода, крахмал



# МЕНЮ детского сада

## 2 неделя

2

### ПОНЕДЕЛЬНИК

	Наименование блюда	Ингредиенты
Завтрак	Каша овсяная	Крупа овсяная, вода, соль, сахар, масло сливочное
	Бутерброд	Хлеб, масло сливочное, джем
	Чай	
Второй завтрак	Фрукты / сухофрукты	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	Картофель, вода, капуста, морковь, лук, соль, масло растительное
	Филе индейки	Индейка, лук, соль
	Макароны	Макароны, соль
	Салат из сезонных овощей	Сезонные овощи, масло подсолнечное, соль
	Компот	
Улотенный полдник	Гречка с мясом/ Чай	Крупа гречневая, вода, соль, мясо индейки/ говядины, масло сливочное
Ужин	Печенье в ассортименте	мука, соль, сахар, сода, яйца, кефир, ванилин
	Какао	какао, вода, молоко, сахар

2

### ВТОРНИК

	Наименование блюда	Ингредиенты
Завтрак	Каша пшеничная	Крупа пшеничная, вода, соль, сахар, масло сливочное
	Бутерброд	Хлеб, масло сливочное, сыр
	Чай	
Второй завтрак	Фрукты / сухофрукты	
Обед	Суп с макаронными изделиями	Картофель, вода, морковь, лук, соль, масло растительное, макароны
	Рис/Булгур	Рисовая крупа/булгур, вода, соль
	котлета	Индейка/говядина, лук, соль, панировочные сухари
	Овощная тарелка	Сезонные овощи
	Компот	
Улотенный полдник	хлеб/икра кабачковая+ яйцо варенное/ Чай	Вода/кефир, соль, сахар, дрожжи, сода, мука пшеничная, растительное масло, картофель
Ужин	Панкейки/ Кисель	масло растительное, соль, сахар, вода/ кефир, сода, крахмал

2

### СРЕДА

	Наименование блюда	Ингредиенты
Завтрак	Каша рисовая	Крупа рисовая, вода, соль, сахар, масло сливочное
	Бутерброд	Хлеб, масло сливочное, икра кабачковая
	Чай	
Второй завтрак	Фрукты / сухофрукты	
Обед	Суп с зеленой чечевицей	Картофель, вода, чечевица зеленая, морковь, лук, соль, масло растительное, зелень
	Картофельное пюре	Картофель, масло сливочное, соль
	Рыба, припущенная с овощами или рыбная котлета	Филе минтая, морковь, лук
	Компот	
	Улотенный полдник	Плов с мясом/ Чай
Ужин	Сэндвич с сыром и огурцом/ Ряженка	хлеб, сыр, огурец

2

### ЧЕТВЕРГ

	Наименование блюда	Ингредиенты
Завтрак	Каша кукурузная	Крупа кукурузная, вода, соль, сахар, масло сливочное
	Бутерброд горячий	Хлеб, масло сливочное, сыр
	Чай	
Второй завтрак	Фрукты / сухофрукты	
Обед	Свекольник, сметана	Картофель, вода, фасоль, свекла, морковь, лук, соль, томатная паста, зелень
	Гречневая каша	Гречневая крупа, соль
	Гуляш из телятины	Мякоть говядины, томатная паста, морковь, лук, соль
	Компот	
	Улотенный полдник	Картофельная запеканка с мясом/ Чай
Ужин	Булочка в ассортименте/ Какао	мука, соль, сахар, дрожжи, масло растительное, ванилин/корица/повидло

2

### ПЯТНИЦА

	Наименование блюда	Ингредиенты
Завтрак	Каша гречневая	Крупа гречневая, вода, соль, сахар, масло сливочное
	Бутерброд	Хлеб, масло сливочное, сыр
	Чай	
Второй завтрак	Фрукты / сухофрукты	
Обед	Гороховый суп	Картофель, вода, горох, морковь, лук, соль, масло растительное, зелень
	Макароны	Макароны, соль
	Филе в томатном соусе	Филе индейки, соль, томат
	Салат из моркови и капусты	Капуста белокачанная, морковь, соль, масло растительное
	Компот	
Улотенный полдник	Сосиска в тесте/ Ряженка	Масло растительное, соль, сахар, вода, мука, соевый сыр
Ужин	Сырники Чай с лимоном	творог, манка/мука, яйцо, масло растительное, соль, сахар

