



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «Детский сад №31»

Волохова Е.В.

Десятидневное меню для организации питания детей в весенне-летний период

МБДОУ «Детский сад №31»

ДЕНЬ	ЗАВТРАК	ОБЕД	ПОДДНИК
1	Яйцо отварное 60 Икра кабачковая 50 Хлеб пшеничный 30 Чай с сахаром 180 Сок 80	Суп с крупой 200 Рыба в томате с овощами 110 Картофель отварной с маслом 100 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 10 Хлеб йодированный 40	Булочка домашняя 80 Кисель 180 Яблоко 100
2	Каша манная 200 Чай с сахаром 180 Бутерброд с маслом 40 Сок 80	Борщ со сметаной 200 Плов из птицы 200 Огурцы свежие 20 Напиток из свежих яблок 180 Хлеб ржаной 10 Хлеб йодированный 40	Макароны с сыром 163 Чай с молоком 180
3	Хлопья кукурузные с молоком 200 Печенье 30 Чай с сахаром 180 Сок 80	Суп с клецками 200 Котлета из говядины 65 Капуста тушеная 100 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 10 Хлеб йодированный 40	Вареники с картофелем с маслом 154 Чай с сахаром 180
4	Каша рисовая 200 Чай с сахаром 180 Бутерброд с маслом 40 Сок 80	Щи со сметаной 200 Рагу из птицы 200 Огурцы свежие 20 Напиток из свежих яблок 180 Хлеб ржаной 10 Хлеб йодированный 40	Пудинг из творога 110 Чай с сахаром 180
5	Суп с макаронами 200	Суп с бобовыми 200	Пирожок с картошкой 80

	Чай с сахаром 180 Бутерброд с маслом 40 Сок 80	Котлета куриная 65 Икра свекольная 120 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 10 Хлеб йодированный 40	Кисель 180 Яблоко 100
6	Омлет натуральный 83 Икра кабачковая 50 Хлеб пшеничный 30 Чай с сахаром 180 Сок 80	Борщ со сметаной 200 Шницель рыбный 85 Пюре картофельное 110 Напиток из свежих яблок 180 Хлеб ржаной 10 Хлеб йодированный 40	Крендель с сахаром 80 Чай с молоком 180 Яблоко 100
7	Каша манная 200 Чай с сахаром 180 Печенье 30 Сок 80	Суп с макаронами 200 Котлета из говядины 65 Капуста тушеная 100 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 10 Хлеб йодированный 40	Пудинг из творога 110 Чай с сахаром 180
8	Каша пшеничная 200 Чай с сахаром 180 Бутерброд с маслом 40 Сок 80	Щи со сметаной 200 Плов из птицы 200 Огурцы свежие 20 Напиток из свежих яблок 180 Хлеб ржаной 10 Хлеб йодированный 40	Булочка домашняя 80 Чай с молоком 180 Яблоко 100
9	Хлопья кукурузные с молоком 200 Печенье 30 Чай с сахаром 180 Сок 80	Суп с клецками 200 Котлета куриная 65 Икра свекольная 120 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 10 Хлеб йодированный 40	Пирожок с картошкой 80 Кисель 180 Яблоко 100
10	Каша рисовая 200 Чай с сахаром 180 Бутерброд с маслом 40 Сок 80	Борщ со сметаной 200 Картофель тушеный в соусе 110 Фрикадельки куриные 65 Огурцы свежие 20 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 10 Хлеб йодированный 40	Макароны с сыром 163 Какао с молоком 180

