

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МАДОУ ДС №464  
 Жидкова Л.П.  
 20/16

Двадцатидневное меню МАДОУ ДС № 464 составлено на основании сборника рекомендованного Министерства образования и науки Челябинской области «Организация питания детей в ДОУ» под редакцией Г.Н. Панкратова, В.В. Салырина.

Дни	Завтрак		Обед	Полдник	Ужин	Дома на ужин
Понедельник	Свекла порц. Макароны отварные с сыром. Чай с лимоном. Батон с повидлом.	Сок фруктовый	Салат луковый. Суп гороховый с гречками со сметаной. Гуляш из говядины. Картофельное пюре. Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной.	Пирожок с морковью Ряженка.	Каша ассорти *Дружба* Какао с молоком. Хлеб.	Свежие фрукты
Вторник	Пудинг твороженный с яблоками. Соус молочный сладкий Кофейный напиток со сгущенным молоком. Хлеб с маслом.		Салат из свеклы и солёного огурца. Щи со сметаной Плов с курицей. Напиток из шиповника. Хлеб ржаной.	Гренки с сыром. Молоко	Рыба в омлете. Пюре из моркови. Чай с сахаром и молоком Хлеб. Фрукты свежие.	Сдоба. Кисломолочный напиток
Среда	Каша геркулесовая молочная. Яйцо отварное. Кофейный напиток с молоком. Бутерброд с маслом с сыром.	Сок фруктовый	Салат витаминный. Уха. Тефтели из говядины Картофельное пюре. Компот из яблок и лимона. Хлеб ржаной.	Булочка с изюмом. Кефир с сахаром.	Сосиски отварные. Запеканка капустная. Чай с сахаром и молоком Хлеб.	Свежие фрукты
Четверг	Морковь, тертая с сахаром. Каша кукурузная молочная Какао с молоком Хлеб с маслом.		Салат из зеленого горошка и лука(зеленого). Свекольник со сметаной. Азу по-татарски с вареным мясом. Напиток из смородины. Хлеб ржаной.	Печенье. Молоко кипяченое	Вареники ленивые с маслом. Чай с сахаром и молоком Хлеб. Фрукты свежие	Сдоба. Кисломолочный напиток
Пятница	Яйцо вареное. Суп молочный с крупой. Кофейный напиток с молоком. Батон с джемом	Сок фруктовый	Салат из моркови и яблок. Суп овощной. Картофельная запеканка с курицей «Гнёздышко» Напиток из шиповника. Хлеб ржаной.	Коржик. Кисель.	Биточки рыбные с белым соусом. Свекольное пюре. Чай с сахаром Хлеб.	Фрукты свежие

<b>Понедельник</b>	Морковь порционная. Каша гречневая с луком. Батон с маслом и сыром. Кофейный напиток со сгущенным молоком	Сок фруктовый	Салат из белокочанной капусты. Суп крестьянский. Шницель из говядины Сложный гарнир. Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной.	Вафли Йогурт.	Макароны с овощами. Чай с молоком Хлеб.	Фрукты свежие
<b>Вторник</b>	«Лакомка» твороженная с повидлом. Какао с молоком. Хлеб с маслом.		Винегрет овощной. Борщ со сметаной. Куры порционные. Картофель подомашнему. Компот из апельсин с яблоком. Хлеб ржаной.	Шанежка со сметаной. Молоко заварное	Морковь, тертая с сахаром. Каша пшеничная молочная. Чай с сахаром и молоком Хлеб. Фрукты свежие	Кисломолочный напиток
<b>Среда</b>	Свекла порционная. Каша пшенная. Кофейный напиток с молоком Бутерброд с джемом.	Сок фруктовый	Салат из соленого огурца с луком. Рассольник со сметаной. Печень по-строгановски. Макароны отварные. Напиток из шиповника. Хлеб ржаной.	Крекер. Варенец.	Котлета рыбная. Овощи тушёные. Чай с молоком. Хлеб.	Выпечка Молоко
<b>Четверг</b>	Морковь, тертая с сахаром. Запеканка твороженная повидлом. Какао с молоком. Хлеб с маслом.		Салат из свеклы с изюмом. Суп картофел. с клецками. Суфле из кур. Тушеная капуста. Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной.	Пирожок с картошкой. Молоко кипяченое	Каша рисовая молочная. Яйцо отварное. Чай с сахаром. Хлеб.	Печенье Сок
<b>Пятница</b>	Вермишель на молоке. Кофейный напиток с молоком. Батон с маслом, сыром.	Сок фруктовый	Салат из моркови с изюмом. Щи со сметаной. Жаркое подомашнему с мясом. Напиток из клюквы. Хлеб ржаной.	Кольцо сдобное. Плодово-ягодный кисель.	Овощное рагу. Яйцо. Чай слимоном. Хлеб.	Фрукты свежие

<b>Дн</b>	<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	<b>Полдник</b>	<b>Ужин</b>	<b>Дома на ужин</b>
<b>Понедельник</b>	Свекла порционная Макароны отварные. Кофейный напиток со сгущенным молоком. Батон с маслом, джемом.	Сок фруктовый	Салат луковый. Суп гороховый. Гуляш из говядины. Картофельное пюре. Компот изапельсин и яблок. Хлеб ржаной.	Расстегай с капустой. Снежок.	Морковь, тертая с сахаром. Каша 3-х злаковая молочная. Чай с сахаром и молоком Хлеб. Груша.	Фрукты свежие

<b>Вторник</b>	Морковь порционная. Пудинг твороженный со сгущенным молоком. Кофейный напиток с молоком. Хлеб с маслом.	Сок фруктовый	Салат из капусты (свежего огурца). Суп из вермишели. Плов из курицы. Напиток из шиповника. Хлеб ржаной.	Вафли. Молоко кипяченое.	Сельдь порционная. Свекла тушёная Чай сахаром и лимоном Хлеб.	Кисломолочный напиток
<b>Среда</b>	Каша геркулесовая молочная. Свекла порционная Какао с молоком. Бутерброд с маслом и сыром.		Винегрет овощной Рыбный суп. Кнелли из говядины Картофельное пюре. Компот из яблок. Хлеб ржаной.	Ватрушка с повидлом Йогурт.	Сосиски отварные. Голубцы овощные Чай с молоком Хлеб. Фрукты свежие	Сок Печенье
<b>Четверг</b>	Морковь, тертая с сахаром. Запеканка твороженная с повидлом. Кофейный напиток с молоком Хлеб с маслом.	Сок фруктовый	Салат витаминный. Свекольник со сметаной. Котлета мясная. Картофель домашнему. Напиток из смородины. Хлеб ржаной.	Булочка с изюмом. Молоко кипяченое.	Каша кукурузная молочная Кисель п/я. Хлеб.	Кисломолочный напиток
<b>Пятница</b>	Суп молочный. Какао с молоком. Батон с маслом, сыром.		Салат из моркови и яблок. Суп овощной. Картофельная запеканка с курицей, с белым соусом. Компот из с\ф Хлеб ржаной.	Печенье. Молоко кипяченое	Свекла порционная. Рыба в омлете. Чай с сахаром Хлеб. Фрукты свежие	Кисломолочный напиток
<b>Понедельник</b>	Макароны с овощами. Кофейный напиток со сгущенным молоком Батон с повидлом	Сок фруктовый	Салат из лука. Борщ со сметаной Ёжики мясные в томатно-сметанном соусе. Сложный гарнир. Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной.	Бантик с сахаром. Кефир.	Морковь порционная Каша из 3-х злаков. Чай с молоком. Хлеб.	Фрукты свежие
<b>Вторник</b>	Свекла порционная. Каша пшеничная молочная. Хлеб с маслом. Какао с молоком.		Салат из капусты и моркови(помидор). Суп крестьянский. Куры порционные. Картофельное пюре. Компот из яблок и лимона. Хлеб ржаной.	Вафли. Молоко кипяченое	Вареники ленивые. Соус молочный сладкий Чай с сахаром. Хлеб. Фрукты свежие	Кисломолочный напиток

<b>Среда</b>	Омлет с зелёным горошком Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом, сыром.	Сок фруктовый	Салат из свежей капусты и свеклы. Рассольник со сметаной. Печень по-строгановски. Картофельное пюре. Напиток из шиповника. Хлеб ржаной.	Печенье Ряженка	Суфле рыбное «Золотая рыбка» Овощное рагу. Чай с молоком. Хлеб.	Фрукты свежие
<b>Четверг</b>	Морковь порционная. «Лакомка» твороженная со сгущенным молоком. Какао с молоком. Хлеб с маслом.		Салат из моркови и зелёного горошка. Суп картофел. с клецками. Суфле из кур. Тушеная капуста. Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной.	Булочка Российская. Молоко кипяченое.	Свекла порционная. Каша рисовая молочная Чай с сахаром. Хлеб. Фрукты свежие	Кисломолочный напиток
<b>Пятница</b>	Вермишель на молоке. Яйцо отварное. Кофейный напиток с молоком. Батон с маслом, сыром.	Сок фруктовый	Салат из свеклы с изюмом. Щи со сметаной. Жаркое по-домашнему. Компот из с/ф Хлеб ржаной.	Пряник. Напиток из клюквы.	Овощное рагу. Тефтели рыбные. Чай с сахаром Хлеб.	Кисломолочный напиток