

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.Садырина.

Дн	Завтрак	На 10 часов	Обед	Полдник	Ужин	Дома на ужин
Понедельник	Морковно-свекольное пюре. Чай с лимоном. Батон с маслом, сыром.	Сок	Салат луковый. Суп гороховый с гренками. Яс. Котлета куриная. Сад. Сосиска отварная. Картофельное пюре. Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной.	Пирожок с морковью. Кефир.	Омлет с зелёным горошком. Какао с молоком. Хлеб пшеничный.	Йогурт, печенье
Вторник	Лакомка из творога. Кофейный напиток с молоком. Хлеб пшеничный с маслом.	Фрукты.	Салат из свеклы и солёного огурца. Суп крестьянский со сметаной. Азу с курицей. Макаронны отварные Напиток из шиповника. Хлеб ржаной.	Молоко Печенье	Тефтели рыбные томатном соусе Пюре картофельное. Чай с сахаром. Хлеб пшеничный.	Пряник
Среда	Каша пшеничная молочная. Какао с молоком. Хлеб пшеничный с маслом с сыром.	Сок	Салат «Осенний». Суп картофельный с макаронными изделиями. Мясо тушёное. Картофельное пюре. Напиток из смородины. Хлеб ржаной.	Кефир с сахаром. Булочка «Дорожная»	Рагу из овощей. Яйцо отварное. Чай с лимоном. Хлеб пшеничный.	Ватрушка
Четверг	Запеканка творожная с повидлом. Кофейный напиток с молоком. Хлеб пшеничный с маслом.	Фрукты.	Салат из зеленого горошка и лука (зеленого). Рассольник со сметаной. Котлета мясная. Капуста тушёная. Компот из с/ф Хлеб ржаной.	Молоко кипячённое. Вафли.	Суфле «Золотая рыбка» Морковная икра Чай с сахаром. Хлеб пшеничный.	Булочка, сок
Пятница	Каша «Дружба». Кофейный напиток на сгущённом молоке. Батон с маслом, сыром.	Сок	Салат из моркови и кукурузы. Свекольник со сметаной. Жаркое по-домашнему с курицей. Компот из яблок. Хлеб ржаной.	Коржик молочный. Напиток из смородины.	Винегрет овощной с огурцами. Чай с сахаром Хлеб.	Йогурт, сухарики
Понедельник	Макаронны отварные. Чай с сахаром. Батон с маслом и сыром.	Фрукты	Салат из репчатого лука. Щи со свежей капусты со сметаной. Котлета мясная Картофельное пюре. Напиток из шиповника. Хлеб ржаной.	Булочка «Российская» Кефир.	Суп молочный с крупой. Какао с молоком. Хлеб.	Яблоко
Вторник	Пудинг твороженный с повидлом. Чай с сахаром. Хлеб пшеничный с маслом.	Сок	Салат картофельный с зелёным горошком. Борщ со сметаной. Тефтели из говядины. Капуста тушёная. Соус томатно-сметанный. Компот из с/ф Хлеб ржаной.	Молоко кипячённое. Печенье.	Каша рисовая розовая молочная. Какао с молоком. Хлеб пшеничный.	Витаминный чай, пряник
Среда	Каша геркулесовая. Кофейный напиток с молоком. Хлеб пшеничный с маслом, сыром.	Апельсин	Салат из белокочанной капусты. Суп крестьянский со сметаной. Суфле из кур. Овощное рагу. Напиток из шиповника. Хлеб ржаной.	Кефир. Вафли.	Фрикадельки рыбные. Картофельное пюре. Какао с молоком. Хлеб пшеничный.	Сок, булочка
Четверг	Запеканка творожная со сгущённым молоком Какао с молоком. Хлеб пшеничный с маслом.	Сок фруктовый.	Салат из моркови и кукурузы. Свекольник со сметаной. Сотте из печени. Соус томатный. Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной.	Молоко кипячённое. Пирожок с картошкой.	Каша манная Чай с сахаром. Хлеб пшеничный.	Кефир, печенье

<b>Пятница</b>	Омлет. Кофейный напиток со сгущ. молоком. Батон с маслом, сыром.	Яблоко.	Салат из белокочанной капусты Рассольник со сметаной. Запеканка картофельная с курицей. Напиток из смородины. Хлеб ржаной.	Лимонный напиток. Вафли.	Рыба по-польски Рис отварной. Чай с сахаром. Хлеб пшеничный.	Банан, бифидок
----------------	--	---------	--	-----------------------------	---	-------------------

<b>Дн</b>	<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	<b>Полдник</b>	<b>Ужин</b>	<b>Дома на ужин</b>
<b>Понедельник</b>	Морковно-свекольная икра. Чай с сахаром. Батон с маслом, сыром	Сок	Салат из белокочанной капусты и моркови. Суп полевой со сметаной. Яс. Котлета куриная. Дс. Сосиска отварная. Картофельное пюре. Компот из с/ф Хлеб пшеничный.	Кефир. Булочка.	Омлет натуральный. Какао с молоком. Хлеб.	Йогурт, печенье
<b>Вторник</b>	Лакомка из творога. Сгущенное молоко. Кофейный напиток с молоком. Хлеб пшеничный с маслом.	Фрукты.	Салат «Осенний» Суп из сборных овощей со сметаной. Биточки из говядины. Макароны отварные. Соус томатно-сметанный. Напиток из шиповника. Хлеб ржаной.	Молоко кипяченое. Печенье.	Котлета рыбная. Свекла тушёная Чай с лимоном. Хлеб.	Банан
<b>Среда</b>	Каша «Дружба» Кофейный напиток с молоком. Хлеб с маслом, сыром	Сок.	Салат из свеклы. Борщ со сметаной. Голубцы ленивые. Соус томатный. Компот из яблок. Хлеб ржаной.	Кефир. Ватрушка с повидлом.	Сельдь порционная. Картофель отварной. Чай с сахаром. Хлеб пшеничный	Ватрушка
<b>Четверг</b>	Запеканка творожная с повидлом. Чай со сгущенным молоком. Хлеб пшеничный с маслом.	Фрукты	Салат из лука и зелёного горошка. Суп картофельный с клёцками со сметаной. Печень по-строгановски. Картофельное пюре. Напиток из смородины. Хлеб ржаной.	Молоко кипяченое. Вафли.	Суфле «Золотая рыбка» Морковная икра. Чай с лимоном. Хлеб пшеничный.	Печенье, сок
<b>Пятница</b>	Каша кукурузная молочная. Кофейный напиток с молоком. Батон с маслом, сыром.	сок	Салат из белокочанной капусты и моркови. Суп свекольный со сметаной. Тефтели из говядины. Соус томатный. Картофельное пюре. Компот из с/ф Хлеб пшеничный	Напиток из смородины.	Рагу из овощей. Яйцо отварное. Чай с сахаром. Хлеб пшеничный.	Йогурт, сухарики
<b>Понедельник</b>	Гречка отварная. Чай с сахаром. Батон с маслом, сыром.	Фрукт	Салат картофельный с зеленым горошком. Рассольник со сметаной Гуляш из говядины. Напиток из смородины. Хлеб пшеничный.	Ватрушка с повидлом. Кефир.	Суп молочный с макаронными изделиями. Какао с молоком. Хлеб пшеничный.	Яблоко
<b>Вторник</b>	Пудинг из творога. Чай с сахаром. Хлеб с маслом.	Сок	Салат из моркови и кукурузы. Свекольник со сметаной. Куры порционные. Рагу из овощей. Напиток из шиповника. Хлеб ржаной.	Молоко кипяченое. Вафли.	Каша геркулесовая. Какао с молоком. Хлеб.	Витаминный чай, пряник
<b>Среда</b>	Каша рисовая. Кофейный напиток со сгущенным молоком. Хлеб с маслом, сыром.	Яблоко.	Салат из свеклы и солёного огурца. Уха. Жаркое по-домашнему с мясом. Компот из с/ю Хлеб ржаной.	Кефир. Печенье.	Рыба запечённая в омлете. Какао с молоком. Хлеб.	Сок, булочка

<b>Четверг</b>	. «Лакомка» из творога со сгущенным молоком. Какао с молоком. Хлеб пшеничный с маслом.	Сок абрикосовый.	Салат из моркови и зеленого горошка. Суп из сборных овощей. Тефтели из мяса «Ёжики» Соус томатно-сметанный. Напиток из смородины. Хлеб ржаной.	Молоко кипяченое. Булочка Российская.	Каша пшеничная. Чай с сахаром. Хлеб пшеничный.	Кефир, печенье
<b>Пятница</b>	Омлет с зеленым горошком. Кофейный напиток с молоком. Батон с маслом, сыром.	Груша	Салат из белокочанной капусты. Борщ со сметаной. Плов из курицы. Компот из с/ф Хлеб ржаной.	Напиток лимонный Вафли.	Макароны отварные. Огурец солёный порционный. Чай с сахаром Хлеб пшеничный.	Банан, бифидок