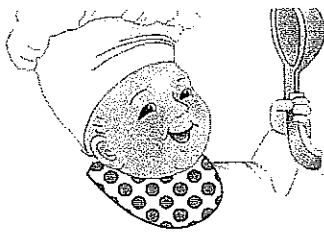


МБДОУ Тверждаю
№ 288
Заведующий МБДОУ №288

И.Н.Саранцева

Летне –осенний период 1 неделя

	ЗАВТРАК 8.30-9.00	ОБЕД 12.00-13.00	ПОЛДНИК 15.30	УЖИН 18.30
ПОНЕДЕЛЬНИК	1. Омлет натуральный 100/120 2. Овощи свежие (порциями) - огурец 50/55 3. Хлеб пшеничный формовой с маслом, сыром полутвердым (порциями) 20/30, 5/5, 8/10 4. Чай с сахаром 170/180 Второй завтрак 10.30-11-00 – Соки фруктовые и ягодные 100/100	1. Суп картофельный с бобовыми 100/160 2. Котлеты из птицы припущенные 60/70 3. Макароны изделия отварные 65/90 4. Икра кабачковая 20/30 5. Компот из смеси с /ф. 150/180 6. хлеб ржаной, пшеничный 40/50, 15/20	1. Булочка дорожная 70/70 2. Кисломолоч. напиток 150/180	1. Рагу из овощей 200/220 2. Хлеб пшеничный формовой 20/30 3. Кофейный напиток с молоком 180/200 3. Фрукты свежие 100/100
ВТОРНИК	1. Суп молочный с крупой пшеничной 140/150 3. Хлеб пшеничный формовой с маслом (порциями) 20/30, 5/5 4. Яйцо вареное 40/40 4. Чай с сахаром 150/180 Второй завтрак 10.30-11-00 – Соки фруктовые и ягодные 100/100	1. Суп картофельный с фрикадельками 100/170 2. Печень тушеная в сметанном соусе 50/70 3. Каша гречневая рассыпчатая 70/90 4. Овощи свежие -помидор 20/20 5. Компот из смеси с/ф 150/180 6. Хлеб ржаной, пшеничный 40/50, 20/20	1. Кондитерские изделия 20\50 2. Кисломолоч. напиток 180/200	1. Сырники из творога запеченные 160/180 2. Соус сметанный 15\20 3. Хлеб пшеничный формовой 20/30 4. Какао молоком 200/220 5. Фрукты свежие 100\100
СРЕДА	1. Суп молочный с крупой манной 150/180 2. Хлеб пшеничный формовой с маслом и сыром полутвердым (порциями) 20/30, 5/5, 7/10 3. Кофейный напиток с молоком 170/180 Второй завтрак 10.30-11.00 – Фрукты свежие 100/100	1. Борщ с капустой и картофелем 100/170 2. Котлеты из говядины 60/70 3. Пюре картофельное 70/90 4. Овощи свежие (порциями) - огурец 15/20 5. Компот из смеси с/ф 150/180 6. Хлеб ржаной, пшеничный 40/50, 15/20	1. Пирожок печеный со сладкой начинкой 70/70 2. Кисломолоч. напиток 150/180	1. Рыба, запеченная в сметанном соусе 80/80 2. Каша пшенная рассыпчатая 80/90 3. Кабачки припущенные 40/50 4. Хлеб пшеничный формовой 20/30 5. Чай с сахаром 180/200
ЧЕТВЕРГ	1. Запеканка из творога 130/145 2. Соус молочный сладкий 15/20 3. Хлеб пшеничный формовой с маслом (порциями) 20/30, 5/5 4. Чай с сахаром 180/200 Второй завтрак 10.30-11-00 – Фрукты свежие 100/100	1. Суп картофельный вегетарианский 100/150 2. Гуляш из отварной говядины 60/60 3. Макароны изделия отварные 60/100 4. Икра кабачковая 20/40 5. Компот из с/ф 150/180 6. Хлеб ржаной, пшеничный 40/50, 20/20	1. Кондитерские изделия 20/50 2. Кисломолоч. напиток 180/200	1. Каша рисовая молочная жидкая 180/200 2. Хлеб пшеничный формовой 20/30 3. Яйцо вареное 40/40 4. Какао с молоком 160/180
ПЯТНИЦА	1. Биточки рыбные 70/70 2. Картофель отварной с маслом 90/100 3. Хлеб пшеничный формовой с маслом и сыром полутвердым (порциями) 20/30, 5/5, 5/5 4. Чай с сахаром 160/190 Второй завтрак 10.30-11-00 – Соки фруктовые и ягодные 100/100	1. Свекольник 120/170 2. Жаркое по-домашнему 100/150 3. Овощи свежие – помидоры (порциями) 20/30 4. Компот из с/ф 150/180 5. Хлеб ржаной, пшеничный 40/50, 20/20	1. Кондитерские изделия 20/50 2. Кисломолочный напиток 180/200 3. Фрукты свежие 100/100	1. Каша пшенная молочная жидкая 180/200 2. Хлеб пшеничный формовой 20/30 3. Кофейный напиток с молоком 200/220



Заведующий МБДОУ №288
И.Н.Саранцева

Летне-осенний период 2 неделя

	ЗАВТРАК 8.30- 9.00	ОБЕД 12.00-13.00	ПОЛДНИК 15.30	УЖИН 18.30
ПОНЕДЕЛЬНИК	1.Яйцо вареное 40/40 2. Капуста тушеная 130/150 3. Хлеб пшеничный формовой с маслом и сыром полудвердым (порциями) 20/30, 5/5, 8/10 4.Чай с сахаром 150/170 Второй завтрак 10.30-11-00 – Фрукты свежие 100/100	1. Суп с макаронными изделиями и картофелем 100/150 2.Птица тушеная (курица) 70/70 3. Пюре картофельное 60/100 4. Овощи свежие –помидоры (порциями) 10/30 5. Компот из смеси с /ф. 150/180 6.Хлеб ржаной , пшеничный 40/50, 20/20	1. Ватрушка с творожным фаршем 70/70 2.Какао с молоком 130/180	1.Каша «Дружба» 200/220 2. Молоко кипяченое 180/200 3. Хлеб пшеничный формовой 20/30
ВТОРНИК	1.Запеканка из творога 140/140 2. Соус молочный сладкий 15/20 2. Хлеб пшеничный формовой с маслом (порциями) 20/30, 5/5 3. Чай с сахаром 180/200 Второй завтрак 10.30-11-00 – Фрукты свежие 100/100	1.Щи из свежей капусты с картофелем 100/150 2. Оладьи из печени по кунцевски 70/70 3. Картофель отварной с маслом 70/110 4.Овощи свежие - огурцы (порциями) 20/20 5.Хлеб ржаной, пшеничный 40/50, 20/20 6. Компот из смеси с /ф. 150/180	1. Кондитерские изделия 20/50 2. Кисломолочный напиток 180/200	1.Каша молочная гречневая жидкая 150/190 2.Хлеб пшеничный формовой 20/20 3. Яйцо вареное 40/40 4. Кофейный напиток с молоком 190/200
СРЕДА	1. Суп молочный с макаронными изделиями 150/180 2.Хлеб пшеничный формовой с маслом (порциями) 20/30, 5/5 3.Какао с молоком 180/190 Второй завтрак 10.30-11-00 – Соки фруктовые и ягодные 100/100	1.Суп картофельный с крупой 110/130 2. Перец фаршированный с мясом и рисом 130/170 3.Компот из смеси с/ф 150/180 4. Хлеб ржаной, пшеничный 40/50, 20\20	1. Булочка с изюмом 80/80 2.Кисломолочный напиток 150/180 3.Фрукты свежие 100/100	1. Фрикадельки рыбные, запеченные с молочным соусом 70/70 2. Пюре картофельное 90/120 3. Овощи свежие –огурцы (порциями) 20/30 4. Хлеб пшеничный формовой 20/30, 3. Чай с сахаром 200/200
ЧЕТВЕРГ	1. Рыба тушеная в томате с овощами 70\70 2. Каша пшеничная рассыпчатая 85/95 3. Хлеб пшеничный формовой с маслом (порциями) 20/30, 5/5 4. Чай с сахаром 170/200 Второй завтрак 10.30-11-00 – Фрукты свежие 100/100	1 Борщ летний 110/160 2 Плов из говядины 100/150 3.Икра кабачковая 30/40 4.Компот из смеси с/ф 150/180 5.Хлеб ржаной, пшеничный 40/50 , 20/20	1. Кондитерские изделия 20/50 2. Кисломолоч. напиток 180/200	1.Суп молочный с крупой манной 180/200 2. Хлеб пшеничный формовой 20/50 3. Кофейный напиток с молоком 200/200
ПЯТНИЦА	1.Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая 150/200 2. Хлеб пшеничный формовой с маслом и сыром полутвердым (порциями) 20/33, 5/5, 5/5 3. Чай с сахаром 170/170 Второй завтрак 10.30-11-00 – Соки фруктовые и ягодные 100/100	1. Суп из овощей 100/150 2. Тефтели из говядины в молочном соусе 70/70 3.Картофель отварной с маслом 70/110 4.Овощи свежие -помидоры (порциями) 10/20 5.Компот из смеси с/ф 150/180 6. Хлеб ржаной, пшеничный 40/50 , 15/20	1.Кондитерские изделия 50/50 2. Кисломолоч. напиток 200/200	1. Вареники ленивые со сметаной 130/155 2. Сметана 15/20 3. Хлеб пшеничный формовой 20/30 4. Какао с молоком 180/190 5.Фрукты свежие 100/100