

Меню приготавливаемых блюд ДО АНО «Детский центр «Оранжевая»

На 2023 -24 учебный

Утверждаю

Заведующий

Байкова И.В.

Период: четыре недели.

Возрастная категория: 3-7 лет.

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов.

Прием пищи	Блюдо	Выход гр
1 неделя		
Понедельник		
Завтрак 1	Каша пшенная жидкая молочная	150
	Чай с сахаром	180
	Печенье	30
	Сыр твердый порционно	15
Завтрак 2	Сок	120
Обед	Суп лапша домашняя	200
	Картофель тушеный с курицей (курица 70)	150
	Напиток из изюма	150
	Хлеб ржаной	40
Полдник	Банан	100
Ужин	Винегрет, яйцо	150
	Чай с сахаром	180
	Хлеб пшеничный	30
Вторник		
Завтрак 1	Каша рисовая молочная	150
	Кофейный напиток	150
	Хлеб пшеничный	30
	Масло	5
Завтрак 2	Напиток из шиповника	120
Обед	Суп рыбный с горбушей	200
	Сосиска отварная с	70/100

	макаронами	
	Напиток лимонный	150
	Хлеб ржаной	40
Полдник	Яблоко	100
Ужин	Сырники с морковью со сгущенным молоком (творог 80 гр)	105
	Чай	180

Среда		
Завтрак 1	Вермишель молочная	150
	Какао на молоке	150
	Хлеб пшеничный масло	30/5
Завтрак 2	Сок	100
Обед	Борщ сибирский из свежей капусты	200
	Котлета из говядины с картофельным пюре (мясо 59)	60/130
	Компот из свежих яблок (яблоки 40)	150
	Хлеб ржаной	40
Полдник	Снежок	150
Ужин	Драчена, салат из зеленого горошка	100/50
	Чай с сахаром/ Хлеб пшеничный	150/30
Четверг		
Завтрак 1	Запеканка творожная со сгущенным молоком, творог (80)	100/25
	Кофейный напиток	150
	Хлеб пшеничный	30
Завтрак 2	Сок	100
Обед	Рассольник со сметаной	200
	Голубцы любительские из свинины	150
	Кисель	150
Полдник	Йогурт	125
Ужин	Котлеты картофельные,	150/50

	салат из капусты с морковью	
	Чай с сахаром	150
Пятница		
Завтрак 1	Каша дружба молочная	150
	Какао на молоке	150
	Хлеб пшеничный, масло	30
Завтрак 2	Напиток из шиповника	120
Обед	Суп гороховый с гренками (20)	200
	Котлета рыбная из минтая (80)	70
	Пюре картофельное	130
	Компот из сухофруктов	150
	Хлеб ржаной	40
Полдник	Ряженка	130
Ужин	Булочка домашняя	100
	Чай, мармелад	180
2 неделя		
Понедельник		
Завтрак 1	Каша манная молочная	150
	Кофейный напиток	150
	Печенье/Сыр	15/15
Завтрак 2	Сок	100
Обед	Бульон куриный с гренками	200
	Плов из отварной курицы (70 гр)	150
	Напиток из изюма	150
	Хлеб ржаной	40
Полдник	Банан	100
Ужин	Картофель запеченный в сметанном соусе, салат из свеклы с соленым огурцом	180/50
	Чай с сахаром, хлеб пшеничный	150/30
Вторник		
Завтрак 1	Каша гречневая молочная	150

	Кофейный напиток	150
	Хлеб пшеничный, масло сливочное	30/5
Завтрак 2	Напиток из шиповника	120
Обед	Суп рыбный с горбушей	200
	Запеканка капустная с мясом, соус сметанный	150/50
	Напиток лимонный , хлеб ржаной	120/60
Полдник	Яблоко	100
Ужин	Вареники со сгущенным молоком (80) творог	120/25
	Чай	150
Среда		
Завтрак 1	Омлет с сосиской (30 гр) , кукуруза	100/50
	Какао на молоке, хлеб	150
Завтрак 2	Сок	100
Обед	Свекольник со сметаной	200
	Шницель куриный	70
	Макароны	130
	Компот из сухофруктов	150
	Хлеб ржаной	40
Полдник	Снежок (йогурт)	130
Ужин	Пудинг рисовый с яблоками, соус клюквенный	150/50
	Чай с сахаром	150
Четверг	Каша геркулесовая молочная	150
	Кофейный напиток	150
	Хлеб пшеничный, масло	30/5
Завтрак 2	Напиток из шиповника	120
	Борщ со сметаной	200
	Суфле рыбное из минтая с картофельным пюре	130/70
	Компот из чернослива	150
	Хлеб ржаной	40
Полдник	Йогурт	125

Ужин	Пудинг творожный двухслойный, соус сладкий	120/50
	Чай	150
Пятница		
Завтрак 1	Драчена, салат из зеленого горошка	120/50
	Какао на молоке	180
	Хлеб пшеничный	30/5
Завтрак 2	Сок	100
Обед	Суп картофельный с фасолью	200
	Картофель по- домашнему (свинина) салат из свеклы с соленым огурцом	150/50
	Хлеб ржаной	40
	Кисель	180
Полдник	Ряженка	130
	Пирожок с яблоками	120
	Чай	180
3 неделя		
Понедельник		
Завтрак 1	Каша пшенная молочная	150
	Чай	150
	Печенье, сыр порционно	30/15
Завтрак 2	Напиток из шиповника	120
Обед	Суп с мучными клецками	200
	Гуляш из отварных кур (80) с картофельным пюре	150/50/50
	Напиток из сухофруктов	180
	Хлеб ржаной	40
Полдник	Банан	100
Ужин	Сосиска отварная	70
	Капуста тушеная	130
	Чай с сахаром	180
	Хлеб пшеничный	30

Вторник		
Завтрак 1	Вермишель молочная	150
	Кофейный напиток, хлеб, масло	150/30/5
Завтрак 2	Напиток из шиповника	120
Обед	Щи из свежей капусты со сметаной	200
	Ежики домашние со свининой (60), свекла в сметане 100гр	100/100
	Напиток клюквенный	150
	Хлеб ржаной	40
Полдник	Яблоко	100
Ужин	Сырники запеченные со сгущенным молоком (80)	100/25
	Чай с сахаром	150
Среда		
Завтрак 1	Каша манная молочная	150
	Какао на молоке	180
	Хлеб пшеничный, масло	30/5
Завтрак 2	Сок	100
Обед	Рассольник со сметаной	200
	Капуста тушеная со свининой (60)	180
	Кисель	150
	Хлеб ржаной	40
Полдник	Снежок	130
Ужин	Омлет с картофелем, хлеб	130
	Чай с сахаром	150
Четверг		
Завтрак 1	Пудинг творожный со сгущенным молоком (80)	130
	Кофейный напиток	150
	Хлеб пшеничный	30
Завтрак 2	Сок	100
Обед	Суп гороховый	200
	Рыба припущенная в	130/50

	молочном соусе (горбуша) с картофельным пюре	
	Напиток лимонный	150
	Хлеб ржаной	40
Полдник	Йогурт	180
Ужин	Вермишель запеченная с сыром, маслом	150
	Чай с сахаром	180
Пятница		
Завтрак 1	Драчена, кукуруза	120/50
	Хлеб пшеничный	30
	Какао на молоке	150
Завтрак 2	Напиток из шиповника	120
Обед	Свекольник со сметаной	200
	Фрикадельки из говядины (50) с гречей	100/60
	Компот из сухофруктов	180
	Хлеб ржаной	40
Полдник	Ряженка	180
Ужин	Шанежка наливная	100
	Чай с сахаром	180
4 неделя		
Понедельник		
Завтрак 1	Каша рисовая молочная	200
	Чай с сахаром	150
	Печенье	15
	Сыр порционно	15
Завтрак 2	Сок	100
Обед	Салат из свеклы с соленым огурцом	50
	Бульон куриный с гренками	200
	Плов из отварной куры	180
	Напиток из изюма	150
Полдник	Банан	100
Ужин	Омлет, зеленый горошек	100/50
	Чай сладкий	180
	Хлеб пшеничный	30
Вторник		

Завтрак 1	Каша манная молочная	200
	Кофейный напиток	180
	Хлеб пшеничный	30
	Масло сливочное	5
Завтрак 2	Сок	100
Обед	Суп картофельный с вермишелью	200
	Биточки мясные со свинины с тушенной капустой	70/150
	Напиток лимонный	150
	Хлеб ржаной	40
Полдник	Яблоко	100
Ужин	Вареники ленивые со сгущенным молоком	115/25
	Чай с сахаром	180
Среда		
Завтрак 1	Каша дружба молочная	200
	Какао напиток, хлеб пшеничный, масло сливочное	150/30/5
Завтрак 2	Сок	100
Обед	Суп рыбный с горбушей	200
	Сосиска с картофельным пюре	70/130
	Компот из свежих яблок	150
	Хлеб ржаной	40
Полдник	Снежок	150
Ужин	Макароны с яйцом отварные	150/40
	Чай с сахаром, хлеб, мармелад	180/30/20
Четверг		
Завтрак 1	Запеканка творожная со сгущенным молоком	100/25
	Кофейный напиток, хлеб пшеничный	180/30
Завтрак 2	Напиток шиповника	120
Обед	Рассольник со сметаной	200
	Тефтели из говядины в	130/70/50

	молочном соусе с гречей	
	Кисель	150
	Хлеб ржаной	40
Полдник	Йогурт	180
Ужин	Запеканка из макарон с сыром, маслом.	150
	Чай с сахаром	180
Пятница		
Завтрак 1	Хлеб пшеничный	30
	Какао на молоке	150
	Драчена, кукуруза	120/50
Завтрак 2	Напиток из шиповника	120
Обед	Свекольник со сметаной	200
	Фрикадельки из говядины с гречей (50)	60/100
	Компот из сухофруктов	180
	Хлеб ржаной	40
Полдник	Ряженка	180
Ужин	Шанежка наливная	100
	Чай с сахаром	180