



Утверждено: Заведующий МАДОУ "Детский сад № 175" г. Перми
2016г О.П. Алтухова

Примерное 10-ти дневное меню для детей 1,5-3 лет с 12-часовым пребыванием. На 2 квартал 2016г.

Первый день	Второй день	Третий день	Четвертый день	Пятый день	Шестой день	Седьмой день	Восьмой день	Девятый день	Десятый день
-------------	-------------	-------------	----------------	------------	-------------	--------------	--------------	--------------	--------------

ЗАВТРАК									
Каша пшенная молочная жидкая (165)	Каша овсянная из кукурузная жидкая (161)	Каша ячневая молочная вязкая (162)	Каша ячневая шариковая жидкая (168)	Каша Дружба (155)	Каша гречневая вязкая на молоке (157)	Каша манная молочная жидкая (160)	Каша рисовая молочная жидкая (167)	Каша молочная пшеничная жидкая (161)	Каша молочная пшеничная жидкая (161)
Бутерброд с сыром и маслом	Бутерброд с сыром и маслом	Бутерброд с сыром и маслом	Бутерброд с сыром и маслом	Бутерброд с сыром и маслом	Бутерброд с сыром и маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром и мясом	Бутерброд с сыром и мясом	Бутерброд с сыром и мясом
Кофейный напиток(391)	Кофеинный	Кофеинный	Кофеинный	Кофеинный	Кофеинный	Кофеинный	Кофеинный	Кофеинный	Кофеинный
Какао с молоком (388)	Какао с молоком (388)	Какао с молоком (388)	Какао с молоком (388)	Какао с молоком (388)	Какао с молоком (388)	Какао с молоком (388)	Какао с молоком (388)	Какао с молоком (388)	Какао с молоком (388)
Напиток(391)	Напиток(391)	Напиток(391)	Напиток(391)	Напиток(391)	Напиток(391)	Напиток(391)	Напиток(391)	Напиток(391)	Напиток(391)

2 ЗАВТРАК									
Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок
Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок

ОБЕД									
Салат овощной с зеленым горошком (46)	Салат из отварной свеклы (114)	Салат из свежих томидор (17)	Салат из свежих томидор и отваров (14)	Салат из свежих огурцов (12)	Салат из свеклы с чесноком(40)	Салат из свеклы с чесноком(40)	Винегрет овощной (50)	Салат из картофеля с зеленым горошком(42)	Салат из свежих огурцов (12)
Свекольник (65)	Суп из овощей (66)	Суп картофельный с бобовыми (67)	Суп картофельный с бобовыми (67)	Щи из свежей картошки с капустой (82)	Суп из овощей (66)	Суп из овощей (66)	Суп картофельный с макаронными изделиями (70)	Суп лапша домашняя(75)	Борщ с капустой и картофелем (62)
Котлета мясная(255)	Котлета рыбная (226)	Биточки из курицы(295)	Запеканка капустная с мясом (248)	Печень по строгановски(238)	Рулет из говядины паровой(262)	Котлета рыбная любительская (227)	Жаркое по домашнему	Биточки из говядины(255)	Котлета из курицы (295)
Макароны изделия овощные (306)	Рис отварной (303)	Картофельное поре (317)	Картофельное поре (317)	Картофельная рассыпчатая(297)	Макаронные изделия отварные(306)	Картофельное поре(317)	Капуста тушеная (311)	Картофельное поре капуста тушенная(311)	Картофельное поре (317)
Соус томатный (354)				Соус молочный (333)	Соус томатный (354)	Соус томатный (354)			
Компот из плодов или ягод сушеных (403)	Компот из плодов или ягод сушеных (403)	Компот из смеси сухофруктов (399)	Компот из смеси сухофруктов (399)	Компот из смеси сухофруктов (399)	Компот из плодов или ягод сушеных (403)	Компот из плодов или ягод сушеных (403)	Компот из плодов или ягод сушеных (403)	Компот из смеси сухофруктов (399)	Компот из смеси сухофруктов (399)
Изюм									
Фрукт									
ПОЛДНИК									
Молоко кильченое(405)	Кисл-молоч продукт Кефир	Молоко кильченое(405)	Ряженка	Сок	Йогурт	Молоко кильченое(405)	Молоко	Кисель из концентраты плодового или ягодного кильчено(405)	Кисель из концентраты плодового или ягодного кильчено(405)
Шаненка картофельная (460)	Печенье	Бафля	Булочка домашняя (429)	Печенье	Печенье	Шаненка напитивная (457)	Вафля	Печенье	Печенье
Фрукт				Фрукт			Фрукт		Фрукт
УЖИН									
Рагу из овощей(91)	Зразы картофельные с овощами (124)	Гудинг из творога с рисом (200)	Салат овощной с зеленым горошком (46)	Рыба, запеченная с картофелем по - русски (221)	Сырники творожные(202)	Рагу из овощей(91)	Котлеты капустные (126)	Картофельное поре (317)	Запеканка творожная(195)
		соус молоко сущенное		Омлет натуральный (188)	Соус молочный сладкий (338)				Соус молочный сладкий (338)
Чай(381)	Чай (381)	Чай с молоком (384)	Чай(381)	Чай(381)	Чай(381)	Чай (381)	Чай (381)	Чай (381)	Чай (381)