

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад №3 «Звездочка»



Аргунь М.Х. Мадаева

ПЕРСПЕКТИВНОЕ 10—ДНЕВНОЕ МЕНЮ 1-3

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
Каша кукурузная вязкая 150 № 189	Каша Дружба 150 № 190	КАША пшеничная вязкая 180 № 159	КАША Манная 180 № 416	КАША пшеничная жидкая 150 № 189	КАША "Дружба" 150№ 190	КАША пшеничная жидкая 150 № 190	Каша гречневая вязкая 150№184	КАША кукурузная вязкая 10 №184	КАША МАННАЯ 150№ 416
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35/5 №1	БУТЕРБРОД С джемом 35/5 №2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35/5 № 1	БУТЕРБРОД С сыром 35/5 №1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35/5 № 1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 35/5 № 2	БУТЕРБРОД С маслом 35/5 №1	БУТЕРБРОД С сыром 35/5 №1	БУТЕРБРОД С маслом35/5 №1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 35/5 №2
Чай с сахаром 150/ 75№430	Какао с молоком 150№397	ЧАЙ С САХАРОМ 1507№ 430	Какао с молоком 180№367	ЧАЙ С САХАРОМ 1807№ 430	КАКАО С МОЛОКОМ 150 № 397	Чай с сахаром 185/7№430	КАКАО С МОЛОКОМ 150№ 397	Чай с сахаром 150/7№430	КАКАО С МОЛОКОМ 150№ 397
Обед									
Печенье 12	Вафли 12	ПЕЧЕНЬЕ 12	Вафли 12	ПЕЧЕНЬЕ12	Вафли 12	Печенье 12	Вафли 12	Печенье 12	Вафли 12
Сок 100№ 442	Чай с сахаром 100/5№430	СОК 100 № 442	Чай с сахаром100№430	СОК 100 № 442	ЧАЙ С САХАРОМ 100/5 № 430	Сок 100№442	Чай с сахаром 100/5 № 430	Сок 100№442	ЧАЙ С САХАРОМ 100/5 № 430
Щи со сметаной 150№ 83	Суп картофельн ый н150	Борщ со сметаной на к/б 150№57	Суп из красной фасоли на м/б 180№104	Рассольник перловый на к/б 150№73	Щи со сметаной на м/б 150№ 56	СУП С ВЕРМИШЕЛЬ Ю НА К/Б 180№ 101	Рассольник перловый на м/б 150№91	Суп гороховый на к/б 150 №99	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б 150 № 56
ПЛОВ С курицей 130№ 304	Рыба тушеная 50№242	Куриное мясо с подливой 50№302	Плов с мясом 150№265	Куриное филе с подливой 50№308	Котлеты МЯСНЫЕ с подл50№287	КУРИНОЕ МИСО С ПОДЛИВОЙ 50№ 302	Плов с мясом 130№265	Птица тушеная 70№301	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С ПОДЛИВОЙ 50 № 287
САЛАТ ИЗ свежкы с ЧЕСНОКОМ 30	Макаронны 130№317	Картофельное пюре 130 №321	Салат из свежей капусты40	Гречка рассыпчатая 130№181	Макаронны отварные 130№317	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130 № 321	Салат из моркови 40№	Макаронные изделия 130№317	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ 130 № 181

компот из св. плодов 150	Салат морковный с горошком 40№41	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ 40	Компот 180№376	Чай с сахаром 150\155№430	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ С ЧЕСНОКОМ 40№33	ВИНЕГРЕТ 30№45	Компот 180№376	Салат из свежих овощей 50№23	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛ. ГОРОШ 50 №41
ХЛЕБ 35	Компот 150№376	чай с сахаром 150 №411	Хлеб 35	Хлеб 35	КОМПОТ 180 №376	Чай с сахаром 150\15	Хлеб 35	Чай с сахаром 150\15№430	КОМПОТ 158№376
	ХЛЕБ 35	ХЛЕБ 35			ХЛЕБ 35	ХЛЕБ 35		Хлеб35	ХЛЕБ 35

Уплотненный подлинник

Сырники с творогом со сметаной 50\5№231	Суп молочный гречневый 150 №94	Булочка домашняя 50 №469	Банан 100	Оладьи со сметаной 45\5№449	Пирожки печеные 40№454	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50 №469	Яблоки 90 №423	Блинчики с джемом 50\10№447	йогурт150
Суп молочный с вермишелью 150№112	йогурт 150	Суп молочный рисовый 150№90	Вареники ленивые с творогом 100\30	суп молочный с ВЕ18РМИШЕЛЮ 150 №211	суп молочный 180№90	суп молочный рисовый 180 №90	Вареники ленивые с творогом 100\30	Яйцо вареное 40№213	Суп молочный рисовый180 №90
Чай с САХАРОМ И ЛИМОНОМ 150\155№431	Чай с сахаром 150\15№430	КОМПОТ 150 №376	Чай с сахаром и лимоном 150\15№431	Компот 150№376	Чай с САХАРОМ и лимоном 180\15/5 №431	КОМПОТ 150 №376	Чай с САХАРОМ 150\155№431	КОМПОТ150 №376	Чай с сахаром 180\173 №430
ХЛЕБ 40	ХЛЕБ40	ХЛЕБ 40	Хлеб 40	ХЛЕБ 40	ХЛЕБ 40	ХЛЕБ 40	Хлеб 40	ХЛЕБ 40	ХЛЕБ 40