



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Сургутский квартал» с. Засечное
И.К. Кагапшинова

| 1 неделя | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|-----------|--|---|--|--|--|
| Завтрак | Каша манная молочная жидкая 150/200 150/200 Какао с молоком 150/180 Бутерброд с маслом 25/10; 30/10 | Каша рисовая молочная жидкая 150/200 Кофейный напиток с молоком 150/180 Бутерброд с маслом 25/10; 30/10 | Каша «Дружба» 150/200 Кофейный напиток с молоком 150/180 Бутерброд с маслом 25/10; 30/10 | Каша гречневая вязкая 150/200 Чай с лимоном 150/180 Бутерброд с маслом и сыром 37/45 | Каша пшеничная молочная жидкая 150/200 Какао с молоком 150/180 Бутерброд с маслом и сыром 37/45 |
| 2 завтрак | В 10.00 Фруктовый сок 100/100 | В 10.00 Печенье 40/40 | В 10.00 Яблоко 100/100 | В 10.00 Фруктовый сок 100/100 | В 10.00 Яблоко 100/100 |
| Обед | Борщ с картошкой 150/200 Каша гречневая рассыпчатая 120/140 Гуляш из отварной говядины 60/60 Компот из сушеных фруктов 150/200 Хлеб ржаной 40/50 | Салат из соевых отрубов с луком 40/60 Суп гороховый 150/200 Гренки из пшеничного хлеба 10/15 Рагу из овощей и мяса 190/240 Компот из плодов или сушеных ягод 150/200 Хлеб ржаной 40/50 | Суп картофельный с клецками 150/170 Клецки мучные 30/30 Котлеты из птицы припущенные 55/55 Кадруста тушеная 100/120 Компот из сушеных фруктов 150/200 Хлеб ржаной 40/50 | Салат из капусты белокочанной 40/60 Суп лапша на курином бульоне 150/200 Плов из отварной птицы 150/200 Компот из плодов или ягод сушеных 150/200 Хлеб ржаной 40/50 | Салат из свежих овощей 40/60 Пюре из картофеля 150/200 Плов из говядины с морковью 80/80 Картофельное пюре 120/150 Компот из сушеных фруктов 150/200 Хлеб ржаной 40/50 |
| Полдник | Салат из моркови 40/60 Булочка ванильная 60/60 Чай с сахаром 150/180 | Омлет натуральный 65/65 Батон 25/30 Чай с сахаром 150/180 | Салат из моркови и яблок 40/60 Ватрушка с творогом 60/60 Снежок 150/150 | Яйцо вареное 40 (Птр.)/40 (Птр.) Булочка дрожжевая 60/60 Молоко кипяченое 150/150 | Суфле из творога паровое 100/100 Чай с сахаром 150/180 |
| 2 неделя | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| Завтрак | Каша рисовая молочная жидкая 150/200 Кофейный напиток с молоком 150/180 Бутерброд с маслом 25/10; 30/10 | Суп молочный с макаронными изделиями 150/200 Кофейный напиток с молоком 150/180 Бутерброд с сыром 35/40 | Каша пшеничная молочная жидкая 150/200 Кофейный напиток с молоком 150/180 Бутерброд с маслом 25/10; 30/10 | Каша манная молочная жидкая 150/200 Какао с молоком 150/180 Бутерброд с маслом 25/10; 30/10 | Суп молочный рисовый 150/200 Какао с молоком 150/180 Бутерброд с маслом 25/10; 30/10 |
| 2 завтрак | В 10.00 Печенье 40/40 | В 10.00 Фруктовый сок 100/100 | В 10.00 Банан или яблоко 100/100 | В 10.00 Фруктовый сок 100/100 | В 10.00 Яблоко 100/100 |
| Обед | Суп из овощей 150/200 Макаронные изделия отварные 100/110 Гуляш из отварной говядины 60/60 Компот из сушеных фруктов 150/200 Хлеб ржаной 40/50 | Салат из свежих отварной 40/60 Суп гороховый 150/200 Гренки из пшеничного хлеба 10/15 Затеканка картофельная с мясом 125/165 Компот из плодов или ягод сушеных 150/200 Хлеб ржаной 40/50 | Салат из капусты белокочанной 40/60 Суп с вермишелью и картофелем 150/200 Птица в соусе с томатом 80/100 Каша рисовая рассыпчатая 120/150 Компот из сушеных фруктов 150/200 Хлеб ржаной 40/50 | Салат из соевых отрубов с луком 40/60 Суп с рыбными консервами 150/200 Биточка из птицы припущенные 55/55 Пюре из гороха с маслом 120/150 Компот из плодов или ягод сушеных 150/200 Хлеб ржаной 40/50 | Салат из квашеной капусты с луком 40/60 Суп картофельный с крупной 150/200 Пшеница рыбный натуральный 65/65 Картофельное пюре 120/150 Компот из сушеных фруктов 150/200 Хлеб ржаной 40/50 |
| Полдник | Салат из моркови 40/60 Ватрушка с повидлом 60/60 Чай с сахаром 150/180 | Омлет натуральный 65/65 Батон 25/30 Чай с сахаром 150/180 | Ватрушка с творогом 60/60 Йогурт 150/150 | Макаронные изделия отварные 100/110 Кисель из концентрата плодового или ягодного 150/200 | Суфле из творога паровое 100/100 Чай с сахаром 150/180 |