МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА-ДЕТСКИЙ САД № 114" Г.СЫКТЫВКАРА

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА-ДЕТСКИЙ САД № 114" Г.СЫКТЫВКАРА
Дата: 2023.10.31 12:01:50 +03'00'

Утверждаю
Директор МАДОУ
«ЦРР - /с № 114» г. Сыктывкара

_____А.Н. Кузнецова
Приказ № 440 - П от 30.10.2023 г.

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребёнка - детский сад № 114» г. Сыктывкара
ПРИМЕРНОЕ 20-ти дневное меню (с 01.11.23 по 01.03.24 г.) осень-зима

1 неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	**ПЯТНИЦА**
• Какао с молоком \462\ • Каша рисовая молочная жидкая/217/ • Хлеб пшеничный/573/ • Масло сливочное/119/	• Кофейный напиток с молок /253/ • Каша геркулесовая вязкая /93\ • Хлеб пшеничный/573/ • Масло сливочное /119/ Сыр /114/	• Какао с молоком /462/ • Каша пшеничная вязкая /91/ • Хлеб пшеничный/573/ • Масло сливочное /119/ • Яйцо вареное\310\	• Кофейный напиток с молок/253/ • Каша ячневая вязкая /99/ Хлеб пшеничный/573/ • Масло сливочное /119/	• Какао с молоком/462/ • Каша пшенная /96/ • Хлеб пшеничный/573/ • Масло сливочное /119/
• Сок \532\	• Яблоко\126\	• Сок \532\	• Банан \126\	Сок \532\
• Компот из сухофр /495/ • Щи из кваш капусты с картофелем\106\ • Макароны отварные /256/ • Щницель рубленый \319\ • Соус томат. с овощами /466/ • Хлеб ржаной /123/	• Компот из сухофр\241\ • Салат из свеклы с чесноком\22\ • Рассольник ленинградский с курой и сметаной/33/ • Гуляш из говядины\152\ Рис отварной\385\ • Хлеб ржаной /123/	• Компот из сухофр\495\ • Суп свекольник с мясом и сметаной\34\ • Рагу из птицы \417\ • Огурец соленый\121\ • Хлеб ржаной /123/	• Компот из сухофр\495\ • Суп картофельный с макаронными изделиями /38/ • Капуста тушеная\200\ • Котлета мясная /161/ • Хлеб ржаной /123/	• Компот из сухофр\495\ • Суп борщ\27\ • Греча рассыпчатая /202/ • Печень по строгановски /162/ • Хлеб ржаной /123/
• Молоко /255/ • Печенье\604\	• Кефир/251/ • Печенье\604\	• молоко /255/ • Крендель с сахаром\569\	• кефир/251/ • Печенье\604\	• молоко/255/ • шанежка с картофелем/296/
• Чай с лимоном \260\ • Пудинг из творога паров. /283/ • Соус молочный /220/ • Хлеб пшеничный /573/	• Чай с лимоном\260\ • Морковная котлета\190\ • Молоко сгущс сахаром\493\ Хлеб пшеничный \573\	• Компот с яблоками\240\ • Макароны отварные\256\ • Хлеб пшеничный/573/ • Сыр\114\	• Чай с лимоном\260\ • Картофельное пюре\206\ • Биточки рыбные \134\ • Хлеб пшеничный /573/	• Чай с лимоном /260/ • Рагу с овощей\77\ • Хлеб пшеничный /573/ • Яйцо \310\

2 неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	**ПЯТНИЦА**
• Какао с молоком \462\ • Каша манная вязкая /230/ • Хлеб пшеничный/420/ • Масло сливочное /119/ Яйцо вареное \310\	• Кофейный напиток с молок /253/ • Каша гречневая вязкая /213/ • Хлеб пшеничный/573/ • Масло сливочное /119/ Сыр /114/	• Какао с молоком/462/ • Каша пшеничная вязкая /91/ • Хлеб пшеничный /573/ • Масло сливочное /119/ • Яйцо вареное\310\	• Кофейный напиток с молок /253/ • Каша рисовая молочная вязкая /217/ • Хлеб пшеничный /573/ • Масло сливочное /119/ • Сыр\114\	• Какао с молоком/462/ • Каша ячневая вязкая /99/ • Хлеб пшеничный /573/ • Масло сливочное /119/
• Сок \532\	• Яблоко\126\	• Банан \126\	• Яблоко\126\	• Сок\532\
•Компот из сухофруктов/495\/ •Суп из овощей /35/ •Рис отварной /385/ •Шницель рубленый\319\ •Соус томатный с овощами/466/ • Хлеб ржаной /123/	• Компот с яблоками\240\ • Салат из свеклы с чесноком\22\ • Рассольник ленинградский\33\ • Голубцы ленивые /333/ • Хлеб ржаной /123/ • Соус сметанный\226\	• Компот из сухофруктов /495/ • Огурец соленый\121\\ • Суп картоф. с бобами и мясом /36/ • Говядина тушенная с капустой /376/ • Хлеб ржаной /123/	• Компот из сухофруктов\495\ • Салат из свеклы с чесноком\22 • Щи из свежей капусты /56/ • Макароны отварные/194/ • Суфле из куры\183\ • Соус томатный с овощами\466\ • Хлеб ржаной /123/	• Компот из сухофруктов/495/ • Салат из кв капусты\7\ • Борщ с капустой и картофелем/27/ • Жаркое по-домашнему /328\ • Хлеб ржаной /123/
• кефир /251/ • Вафли\602\	• молоко /255/ • Пряник\603\	• кефир /251/ • Крендель с сахаром/569/	• Молоко/255/ • Печенье/604/	• Кефир\251\ • Ватрушка с творогом\289\
•Сырники из творога /286/ •Соус молочный /220/ •Чай с лимоном \260\ •Хлеб пшеничный /573/ •Салат из моркови\9\	• Картофельное пюре /206/ • Котлеты рыбные \134\ • Чай с лимоном\260\\ • Хлеб пшеничный /573/	• Запеканка из творога \117\ • Соус молочный /220/ • Чай с лимоном \260\ • хлеб пшеничный /122/ • Масло сливочное /119/	• рыба запеченная с картоф. по русски/141/ • Салат из св,капусты\4\ • Чай с лимоном\260\ • Хлеб пшеничный/573/	• Суп молочный с крупой/43/ • Чай с лимоном \260\ • Яйцо \310\ • Хлеб пшеничный /573/

3 неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	**ПЯТНИЦА**
• Кофе с молоком \253\ • Каша пшенная /96/ • Хлеб пшеничный /573/ • Масло сливочное /119/ Яицо вареное \310\	• Какао с молоком /462\/ • Каша геркулесовая вязкая /93/ • Хлеб пшеничный /573/ • Масло сливочное /119/ Сыр /114/	• Кофейный напиток с молоком /253/ • Каша рисовая молочная жидкая /217/ • Хлеб пшеничный /573/ • Масло сливочное /119/ • Яйцо вареное\310\	• Какао с молоком /462/ • Каша ячневая вязкая /99/ • Хлеб пшеничный /573/ • Масло сливочное /119/	• Кофейный напиток с молоком /253/ • Каша пшеничная /91/ • Хлеб пшеничный /573/ • Масло сливочное /119/
• Сок \532\	• Яблоко\126\	Сок \532\	• Банан \126\	• Сок \532\
• Компот из сухофр./495/ • Щи из свежей капусты /56/ • Макароны отварные/256/ • Шницель рубленый\319\ • Соус томатный с овощами \466\ • Хлеб ржаной /123/	• Компот из сухофруктов\495\ • Суп свекольник с мясом и сметан/34/ • Капуста тушеная/200/ • Тефтели из говядины /173/ • Хлеб ржаной /123/ \	• Компот из сухофруктов /495/ • Суп рассольник ленинградский с мясом и сметаной/33/ • Пюре картофельное/206/ • Гуляш из говядины\152\ • Хлеб ржаной /123/	• Компот с яблоками\240\ • Салат из свеклы с чесноком\22\ • Суп картоф. с макаронными изд. /38/ • Рис отварной/385/ • Курица в соусе с томатом\179\ • Хлеб ржаной /123/	• Компот из сухофруктов/495/ • Суп уха с крупой/167\121\ • Огурец соленый\121\ • Греча отварная /202/ • Печень по строганов /162/ • Хлеб ржаной /123/
• Кефир/251/ • Печенье\604\	• Молоко/255/ • Пряник/603/	• Кефир/251/ • Крендель с сахаром/569/	• Молоко/255/ • Вафли\602\	• Кефир\251\ • шаньга наливная/295/
• Запеканка из творога с морковкой\118\ • Соус молочный\220\ • Чай с лимоном \260\ • Хлеб пшеничный /573/	• Морковная котлета\190\ • Чай с лимоном\260\ • Молоко сгущ с сахаром\493\ • Хлеб пшеничный /573/	• Суп молочный с макаронами \44\ • Чай с лимоном \260\ • Хлеб пшеничный/122/ • Масло сливочное /119/ Сыр \114\	• Котлета рыбная\134\ • Капуста тушенная \200\ • Чай с лимоном\260\ • Хлеб пшеничный/122/	• Яйцо \310\ • Рагу из овощей\77\ • Чай с лимоном\260\ • хлеб пшеничный/573/

4 неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	**ПЯТНИЦА**
• Кофе с молоком \253\ • Каша пшённая вязкая /96/ • Хлеб пшеничный /573/ • Масло сливочное /119/ • Яйцо вареное\310\	• Какао с молоком/462/ • Каша гречневая вязкая \213\ • Хлеб пшеничный /573/ • Масло сливочное /119/ • Яйцо вареное\310\	• Кофейный напиток с молоком/253/ • Каша геркулесовая вязкая /93/ • Хлеб пшеничный /573/ • Масло сливочное /119/	• Какао с молоком /462/ • Каша пшеничная вязкая/91/ • Хлеб пшеничный /573/ • Масло сливочное /119/ , Сыр /114/	• Кофейный напиток с молоком /253/ • Каша манная жидкая \230\ • Хлеб пшеничный/573/ • Масло сливочное \119\ • Яйцо вареное\310\
• Сок \532\	• Сок\532\	• Банан \126\	• Сок\532\	• Яблоко \126\
•Компот из сухофр/495/ • Щи из св капусты\56\ •Макароны отварные/256/ •Котлета мясная/161/ •Соус томатный с овощами /466/ • хлеб ржаной /123/	• компот из сухофруктов\495\ • Салат из кв капусты\7\ • Суп борщ с капустой и картоф/27/ • Плов скурой \416\ • Хлеб ржаной /123/	• Компот из сухоф /495/ • Суп картофельный с бобами /36/ • Пюре картофельное/206/ • Суфле из отварной говядины\346\ • Хлеб ржаной /123/	• Компот с яблоками\240\ • Капуста тушенная\200\ • Щницель рубленый\319\ • Суп свекольник/34/ • Хлеб ржаной /123/	• Компот из сухофруктов /495/ • Суп овощной /35/ • Салат из свеклы с чесноком\22\ • Пюре картофельное\206\ • Котлета рыбная\134\ • Хлеб ржаной /123/
• Кефир \251\ • Печенье\604\ /	• Молоко/255/ • Пряники \603\	• кефир/251/ • крендель с сахаром /569/	• Молоко\255\ • Печенье \604\	Компот с яблоками \240\ • Ватрушка с повидлом\289\
• вареники ленивые \335\ • Чай с лимоном \260\ • хлеб пшеничный /573/ • Масло\119\ • Сыр \114\	• Чай с лимоном \260\ • Соус сметанный\226\ • Хлеб пшеничный\573\ • Салат из св, капусты\4\\ • Суфле рыбное\346\	• Чай с лимоном \260\ • Суп молочный с крупой\43\ • Яйцо\310\ • Хлеб пшеничный /573/ • Масло\119\	• Чай с лимоном\260\ • Винегрет \1\ • Котлета рыбная\134\ • Хлеб пшеничный /573/	• Чай с лимоном \260\ Запеканка из творога \117\ • Хлеб пшеничный/573/ • Соус молочный \220\ • Салат из моркови\9\