|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| УТВЕРЖДАЮ  И.о. заведующего МБДОУ д/с №5  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е. М. Киселева  **М Е Н Ю**  **на понедельник**    **ЗАВТРАК:** каша гречневая с молоком (192кКл) 200/150, какао (56,8кКл) 180/150, хлеб пш. (100кКл) 40/30, масло (70,76кКл) 12/10, сыр (44,5кКл) 15/12  **II ЗАВТРАК:** сок 150/150  **ОБЕД:** Салат из моркови с яблоком (65,7кКл) 60/40, щи из свежей капусты (114,68кКл) 250/200, каша перловая с маслом (156,54кКл) 140/120, гуляш мясной (277,52кКл) 80/70, компот из сухофруктов (85,6кКл) 200/150, хлеб рж. (76,2кКл) 50/40.  **УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК:** салат из свеклы (50,37кКл) 60/40, омлет (116,5кКл) 90/80, чай (99,4кКл) 200/150, хлеб пш. (100кКл) 30/20  **УЖИН:** молоко (63,8кКл) 200/150, хлеб пш. с повидлом (138,3кКл) 30/20, 10/5 |  | УТВЕРЖДАЮ  И.о. заведующего МБДОУ д/с №5  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е. М. Киселева  **М Е Н Ю**  **на вторник**  **ЗАВТРАК:** каша ячневая (222кКл) 200/150, кофе с молоком (98,5кКл) 180/150, хлеб пш. (100кКл) 40/30, масло (70,76кКл) 12/10.  **II ЗАВТРАК:** фрукты  **ОБЕД:** салат из солёных огурцов (54,4кКл) 60/40, свекольник со сметаной (123,22кКл) 250/200, картофельное пюре (180,31кКл) 200/150, котлета мясная (32,52кКл) 80/70, соус овощной (85,6кКл) 15/10,компот из сухофруктов (76,2кКл) 200/150, хлеб рж. (266,12кКл) 50/40.  **УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК:** запеканка творожная (38,3кКл) 110/90, соус сладкий (56,8кКл) 15/10, чай (100кКл) 200/150.  **УЖИН** йогурт (157,6кКл) 180/150, печенье (220кКл) 20/10 |
| УТВЕРЖДАЮ  И.о заведующего МБДОУ д/с №5  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.М.Киселева  **М Е Н Ю**  **на среду**  **ЗАВТРАК:** каша манная (136кКл) 200/150, какао (98,5кКл) 180/150, хлеб пш. (100кКл) 40/30, масло (70,76кКл) 12/10, сыр (44,5кКл) 15/10  **II ЗАВТРАК:** сок 150/150  **ОБЕД:** салат витаминный (65,7кКл) 60/40, рассольник (234,57кКл) 250/200, плов с мясом (324,32кКл) 200/150, компот из с/фр. (85,6кКл) 200/150, хлеб рж. (76,2кКл) 50/40.  **УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК**: овощи тушеные (118,48кКл) 200/150, чай (56,8кКл) 200/150, хлеб пш. (100кКл) 30/20  **УЖИН:** ряженка (113,3кКл) 180/150, вафли (8,51кКл) 30/12 |  | УТВЕРЖДАЮ  И.о заведующего МБДОУ д/с №5  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е. М. Киселева  **М Е Н Ю**  **начетверг**  **ЗАВТРАК:** Каша кукурузная (155кКл) 200/150, кофе с молоком (104,3кКл) 200/150, хлеб пш. (100кКл) 40/30, масло (70,76кКл) 12/10., сыр ----------------------------------------------------------------------------  **II ЗАВТРАК**: фрукты  **ОБЕД:** салат из свеклы (50,37кКл) 60/40, суп картофельный с мясом (85,68кКл) 250/200, голубцы ленивые с мясом (123,6кКл) 200/150, компот из с/фр. (85,6кКл) 200/150, хлеб рж. (76,2кКл) 50/40  **УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК:** пудинг творожный (266,12кКл) 110/90, соус сладкий (38,3кКл) 15/10, чай (56,8кКл) 200/150.  **УЖИН:** кефир (6,72кКл) 180/150, печенье (8,51кКл) 20/10. |
| УТВЕРЖДАЮ  И.о заведующего МБДОУ д/с №5  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е. М. Киселева  **М Е Н Ю**  **на пятницу**  **ЗАВТРАК:** суп вермишелевый молочный (116кКл) 200/150, какао (3,2кКл) 180/150, хлеб пш. (100кКл) 40/30, масло (70,76кКл) 12/10.  **II ЗАВТРАК:** сок 150/150  **ОБЕД:** салат из квашенной капусты (62,62кКл) 60/40, суп гороховый на курином бульоне (123,22) 250/200, картофель тушеный с курицей (304,72кКл) 140/120,компот из сухофруктов (85,6кКл) 200/150, хлеб рж. (76,2кКл) 50/40.  **УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК:** рыба тушеная с овощами (173,42кКл) 80/70, чай (173,42кКл) 200/150, хлеб пш. (56,8кКл) 30/20.  **УЖИН:** молоко (63,8кКл) 200/150, булочка домашняя (110кКл) 80/70 |  |  |
| УТВЕРЖДАЮ  И. о. заведующего МБДОУ д/с №5  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е. М. Киселева  **М Е Н Ю**  **на понедельник**  **ЗАВТРАК:** Макароны отварные с маслом и сахаром (294кКл) 200/150, чай (56,8кКл) 200/150, хлеб пш. (100кКл) 40/30, масло (70,76кКл) 12/10, сыр (44,5кКл) 15/10-сыр  **II ЗАВТРАК:** фрукты  **ОБЕД:** салат из свеклы (50,37кКл) 60/40, суп рыбный рисовый (123,22кКл) 250/200, каша гречневая с маслом (156,54кКл) 140/120, биточки мясные (284,3кКл) 80/70, соус овощной (85,6кКл) 15/10, компот из с/фр. (85,6кКл) 200/150, хлеб рж. (76,2кКл) 50/40  **УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК:** овощи тушеные (118,48кКл) 200/150, чай (56,8кКл) 200/150, хлеб пш. (100кКл) 30/20,  **УЖИН:** молоко (63,8кКл) 200/150, хлеб пш. с повидлом (138,3кКл) 30/20, 10/5 |  | УТВЕРЖДАЮ  И. о. заведующего МБДОУ д/с №5  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е. М. Киселева  **М Е Н Ю**  **на вторник**  **ЗАВТРАК:** каша пшеничная (214кКл) 200/150, какао (104,3кКл) 180/150, хлеб пш. (100кКл) 40/30, масло (70,76кКл) 12/10.  **II ЗАВТРАК:** сок 150/150  **ОБЕД:** салат из солёных огурцов (50,37кКл) 60/40, суп вермишелевый (123,22кКл) 250/200, картофельное пюре (304,72кКл) 140/120,бефстроганов из печени (32,52кКл) 80/70 , компот из с/фр. (85,6кКл) 200/150, хлеб рж. (76,2кКл) 50/40.  **УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК:** запеканка творожная (266,12кКл) 110/90, соус сладкий (38,3кКл) 15/10, чай с молоком (56,8кКл) 200/150, хлеб пш. (100кКл) 43/20  **УЖИН:** йогурт (157,6кКл) 180/150, вафли (8,51кКл) 30/12. |
| УТВЕРЖДАЮ  И. о.заведующего МБДОУ д/с №5  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е. М. Киселева  **М Е Н Ю**  **на среду**  **ЗАВТРАК:** Каша рисовая (215кКл) 200/150, кофе с молоком (104,3кКл) 180/150, хлеб пш. (100кКл) 40/30, масло (70,76кКл) 12/10-сыр 16/12-----------------------------------------------------------  -**II ЗАВТРАК:** фрукты  **ОБЕД:** суп гречневый с мясом (131,32кКл) 250/200, капуста тушеная с мясом (123,6кКл) 200/150, компот из с/фр. (85,6кКл) 200/150, хлеб рж. (76,2кКл) 50/40,  **УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК:** винегрет,сельдь соленая (59,27кКл) 60/40, чай (56,8кКл) 200/150, хлеб пш. (100кКл) 30/20,  **УЖИН:** Снежок (157,6кКл) 180/150, печенье (8,51кКл) 20/10. |  | УТВЕРЖДАЮ  И. о заведующего МБДОУ д/с №5  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е. М. Киселева  **М Е Н Ю**  **на четверг**  **ЗАВТРАК:** Каша геркулесовая (162кКл) 200/150, какао (3,2кКл) 180/150, хлеб пш. (100кКл) 40/30, масло (70,76кКл) 12/10-----------------------------------------------------------------------------------  **II ЗАВТРАК:** сок 150/150  **ОБЕД:** салат из квашенной капусты (51,32кКл) 60/40, борщ со сметаной (140,78кКл) 250/200, картофельное пюре (134,9кКл) 200/150, котлета рыбная (170,5кКл) 80/70,соус овощной (32,52кКл) 15/10, компот из с/фр. (85,6кКл) 200/150, хлеб рж. (76,2кКл) 50/40,  **УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК:** пудинг творожный (266,12кКл) 110/90, соус сладкий (38,3кКл) 15/10, чай (56,8кКл) 200/150, хлеб пш. (100кКл) 30/20,  **УЖИН:** кефир (6,72кКл) 180/150, вафли 30/12**.** |
| УТВЕРЖДАЮ  И. о заведующего МБДОУ д/с №5  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е. М. Киселева  **М Е Н Ю**  **на пятницу**  **ЗАВТРАК:** каша пшенная (213кКл) 200/150, кофе с молоком (104,3кКл) 180/150, хлеб пш. (100кКл) 40/30, масло (70,76кКл) 10/10, сыр (44,5кКл) 15/12  **II ЗАВТРАК:** фрукты  **ОБЕД:** салат зимний (54,97кКл) 60/40, суп рисовый на курином бульоне (84,35кКл) 250/200, макароны отварные с маслом (257,5кКл) 140/120, гуляш из курицы (207,62кКл) 80/70, компот из с/фр. (85,6кКл) 200/150, хлеб рж. (76,2кКл) 50/40.  **УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК:** салат из свеклы (50,37кКл) 200/150, омлет(116,5кКл), чай (56,8кКл) 200/150, хлеб пш. (100кКл) 30/20.  **УЖИН:** молоко (63,8кКл) 200/150, булочка  домашняя (157,6кКл) 80/70. |  |  |