

1 ДЕНЬ	2 ДЕНЬ	3 ДЕНЬ	4 ДЕНЬ	5 ДЕНЬ
Завтрак 1. Каша ассорти (рис + греча) с маслом сливочным (№18/4) 200гр. 2. Какао с молоком (№14/10) 200гр. 3. Батон с маслом, сыром (4/13) 25/5/6гр. С – 1,1 мг	Завтрак 1. Каша кукурузная молочная с маслом сливочным (№4/4) 200гр. 2. Кофейный напиток с молоком (№13/10) 200гр. 3. Батон с маслом, сыром (4/13) 25/5/6гр. С – 1,2 мг	Завтрак 1. Каша рисовая молочная с маслом сливочным (№7/4) 200гр. 2. Какао с молоком (№14/10) 3. Батон с маслом, сыром (4/13) 25/5/6гр. С – 1,0 мг	Завтрак 1. Каша ячневая молочная с маслом сливочным (№14/4) 200гр. 2. Кофейный напиток с молоком (№13/10) 200гр. 3. Батон с маслом, сыром (4/13) 25/5/6гр. С – 1,0 мг	Завтрак 1. Каша пшеничная с маслом сливочным (№15/4) 200гр. 2. Какао с молоком (№14/10) 200гр. 3. Батон с маслом, сыром (4/13) 25/5/6гр. С – 1,0 мг
10:00 Сок 100гр.	10:00 Фрукты 100 гр.	10:00 Фрукты 100гр.	10:00 Фрукты 100гр.	10:00 Сок 100гр.
Обед 1. Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом (№21/1) 50гр. 2. Суп-пюре гороховый (№29/2) 200гр. 3. Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины (№36/8) 200гр. 4. Икра кабачковая (7.275/1) 20гр. 5. Напиток из свежемороженой ягоды (№15/10) 200гр. 6. Хлеб ржаной 42гр.(8/13) С – 140 мг	Обед 1. Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом (5/1) 50гр. 2. Щи из свежей капусты со сметаной (№6/2) 200гр. 3. Каша гречневая (№3/4) 130гр. 4. Бефстроганов из отварного мяса говядины (№7/8) 70гр. 5. Компот из сухофруктов (№6/10) 200гр. 6. Хлеб ржаной 42гр. С - 51,2 мг	Обед 1. Салат из моркови с растительным маслом (10/1) 50гр. 2. Борщ со сметаной (№2/2) 200гр. 3. Рагу из отварного мяса говядины (№6/8) 200гр. 4. Кисель (8/10) 200гр. 5. Хлеб ржаной 42гр. С – 99,5 мг	Обед 1. Салат из свежих огурцов с растительным маслом (№14/1) 50гр. 2. Суп крестьянский с крупой со сметаной (№31/2) 200гр. 3. Биточки (котлеты) из мяса кур (№5/9) 70гр. 4. Картофельное пюре (№3/3) 130гр. 5. Напиток из шиповника (№15/10) 200гр. 6. Хлеб ржаной 42гр. С – 106,6 мг	Обед 1. Салат из свежих помидоров с растительным маслом (15/1) 50гр. 2. Суп картофельный с рыбой (№19/2) 200гр. 3. Кабачки тушеные (№35/3) 130гр. 4. Фрикадельки из мяса говядины тушеные в соусе (№23/8) 70гр. 5. Компот из кураги и изюма (№4/10) 200гр. 6. Хлеб ржаной 42гр. С – 83,5 мг
Полдник 1. Суфле творожное (№19/5) 100гр. 2. Молоко, сгущенное с сахаром 8гр. (№12/11) 3. Кисломолочный продукт 180гр. (79/1) 4. Хлеб пшеничный 31гр. (9/13) С – 0,2 мг	Полдник 1. Суп молочный (21/2) 200гр. 2. Пирожки печеные из дрож. теста с джемом (№17/12) 65гр. 3. Чай 4. Хлеб пшеничный 31гр. (9/13) С – 0,5 мг	Полдник 1. Биточки (котлеты) рыбные (№9/7) 70гр. 2. Макароны изделия отварные (№43/3) 60гр. 3. Чай с лимоном (№11/10) 200/5гр. 4. Хлеб пшеничный 31гр. (9/13) С – 1,2 мг	Полдник 1. Омлет запеченный (№2/6) 100гр. 2. Кондитерские изделия 15 гр. 3. Чай с лимоном (№11/10) 200гр. 4. Хлеб пшеничный 31гр. (9/13) С – 20,0 мг	Полдник 1. Сырники из творога (6/5) 100 гр 2. Кисломолочный продукт 180гр.(79/1) 3. Молоко сгущенное с сахаром 8 гр. (12/11) 4. Хлеб пшеничный 31гр. (9/13) С – 0,1 мг

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ – детский сад №19
Г.С. Брызгина
Приказ №63-О от 07.05.2024 г.

6 ДЕНЬ	7 ДЕНЬ	8 ДЕНЬ	9 ДЕНЬ	10 ДЕНЬ
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
1. Каша геркулесовая с маслом сливочным (№8/4) 200гр. 2. Кофейный напиток с молоком (№13/10) 200гр. 3. Батон с маслом, сыром (4/13) 25/5/6 гр С – 1,0 мг	1. Суп молочный с крупой (№22/2) 200гр. 2. Какао с молоком (№14/10) 200гр. 3. Батон с маслом, сыром (4/13) 25/5/6 гр. С – 1,1 мг	1. Каша молочная ассорти (рис + кукуруза) с маслом сливочным (№17/4) 200гр. 2. Кофейный напиток с молоком (№13/10) 200гр. 3. Батон с маслом, повидло (4/13) 25/5/6гр. С – 1,1 мг	1. Каша манная молочная с маслом сливочным (№5/4) 200гр. 2. Какао с молоком (№14/10) 200гр. 3. Батон с маслом, сыром (4/13) 25/5/6гр. С – 0,1 мг	1. Каша пшенная с маслом сливочным (№11/4) 200гр. 2. Кофейный напиток с молоком (№13/10) 200гр. 3. Батон с маслом, сыром (4/13) 25/5/6гр. С – 0,1 мг
10:00 Сок 100гр.	10:00 Фрукты 100гр.	10:00 Фрукты 100гр.	10:00 Фрукты 100гр.	10:00 Сок 100гр.
Обед 1. Салат из отварной свеклы с растительным маслом (20/1) 50гр. 2. Щи из свежей капусты с крупой и сметаной (№7/2) 200гр. 3. Кнели мясные паровые (№27/8) 70гр. 4. Каша гречневая рассыпчат. с овощами (№44/3) 130гр. 5. Напиток из шиповника (№15/10) 200гр. 6. Хлеб ржаной 42гр. (8/13) С – 99,6 мг	Обед 1. Салат из моркови с изюмом и растительным маслом (№12/1) 50гр. 2. Суп-пюре из овощей (№27/2) 200гр. 3. Макаaronные изделия отварные (№43/3) 100гр. 4. Гуляш из отварного мяса свинины (12/8) 70 гр. 5. Напиток из свежемороженой ягоды (№15/1) 200гр. 6. Хлеб ржаной 42гр. (8/13) С – 54,2 мг	Обед 1. Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом (№6/1) 50гр. 2. Свекольник со сметаной (№5/2) 200гр. 3. Котлеты (биточки) из мяса говядины паровые. (14/8) 70 гр. 4. Кабачки тушеные (№35/3) 130гр. 5. Компот из сухофруктов (№6/10) 200гр. 5. Хлеб ржаной 42гр. (8/13) С – 65,3 мг	Обед 1. Салат из свежих помидоров с растительным маслом (15/1) 50гр. 2. Суп-лапша на курином бульоне (№20/2) 200гр. 3. Плов из мяса кур (4/9) 200гр. 4. Кисель (8/10) 200гр. 5. Хлеб ржаной 42гр. (8/13) С – 94 мг	Обед 1. Салат из свежих огурцов с растительным маслом (14/1) 50гр. 2. Рассольник со сметаной (№9/2) 200гр. 3. Суфле из печени (№35/8) 70гр. 4. Картофельное пюре с морковью (№4/3) 130гр. 5. Компот из кураги (№1/10) 200гр. 5. Хлеб ржаной 42 гр. (8/13) С – 56,1 мг
Полдник 1. Запеканка из творога с изюмом (№11/5) 100гр. 2. Молоко, сгущенное с сахаром 8гр. (12/11) 3. Кисломолочный продукт 180гр. (79/1) 4. Хлеб пшеничный 31гр. (9/13) С – 0,2 мг	Полдник 1. Суфле из рыбы (№14/7) 100гр. 2. Чай с лимоном (№11/10) 200гр. 3. Кондитерское изделие 15 гр. 4. Хлеб пшеничный 31гр. (9/13) С – 2,85 мг	Полдник 1. Макаaronные изделия отварные с сыром (№43/3) 100гр. 2. Кондитерские изделия 15 гр. 3. Чай с молоком (12/10) 200гр. 4. Хлеб пшеничный 31гр. (9/13) С – 0,1 мг	Полдник 1. Омлет с картофелем (№4/6) 100гр. 2. Ватрушка со сметаной (№6/12) 65гр. 3. Чай с лимоном (№11/10) 200гр. 4. Хлеб пшеничный 31гр. (9/13) С – 10,1 мг	Полдник 1. Пудинг из творога (17/5) 100 гр. 2. Молоко сгущенное с сахаром 8гр. (№12/11) 3. Кисломолочный продукт 180гр. (№79/1) 4. Хлеб пшеничный 31гр. (9/13) С – 0,6 мг

**КОПИЯ
ВЕРНА**