Утверждаю
Заведующий МБДОУ №7 г. Апатиты
_____ И.В. Пятакова

МЕНЮ

Ясли 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 150	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 170	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 130	КАША "ДРУЖБА" 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ 140	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 180	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ 140	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 80
ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 149	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40	КАКАО С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150/5	ИКРА ОВОЩНАЯ 40
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ 35	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ 26	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 35	ЧАЙ С САХАРОМ 150	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 35	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 35	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ 30	КАКАО С МОЛОКОМ 148
									БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30
II Завтрак									
СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 150	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН 170	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН 150	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН 150	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН 150	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 150	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН 150	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН 150	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 150	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН 150
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 90	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 90	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 90	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 90	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 90	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 90	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 80	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 80	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 90	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 80
Обед									
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 35	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 40	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 44	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 48	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ 60	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 40	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 39	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ 40	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 41	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 48
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ 150	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 140/10	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 180	ПУДИНГ ИЗ МЯСА 41	БУЛЬОН ИЗ КУР ПРОЗРАЧНЫЙ С ГРЕНКАМИ 150/15	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 150	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 150
ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ) 50/20	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 90	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 100	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 150	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ 150	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 155	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ 50	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 150
РИС ОТВАРНОЙ 100	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 60/40	СУФЛЕ КУРИНОЕ 50	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА 150	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ 50	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ 40	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 150	СОУС МОЛОЧНЫЙ 20	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	СОУС МОЛОЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	СОУС ТОМАТНЫЙ 30	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО 150	СОУС МОЛОЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ 35		ХЛЕБ РЖАНОЙ 30		ХЛЕБ РЖАНОЙ 35		ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	
Уплотненный полдник									
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОЧНЫМ СОУСОМ 120/30	ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ 160	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 80	ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ 158	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ 50	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ 140	ТУШЕНОЕ МЯСО ИЛИ ПЕЧЕНЬ 50/50	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ 160	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) 150	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 40
КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН 150	СОУС СМЕТАННЫЙ 40	ИКРА ОВОЩНАЯ 40	СОУС СМЕТАННЫЙ 50	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 90	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 40	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 90	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/8/7	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 30	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 90
ПЕЧЕНЬЕ 18	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 160/5	ЧАЙ С САХАРОМ 150/6	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150/7	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150/7	ВАФЛИ 18	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150/7
	ВАФЛИ 30	БАТОН 35	ВАФЛИ 20	ПЕЧЕНЬЕ 18	ПЕЧЕНЬЕ 18	БАТОН 35		БАТОН 35	ВАФЛИ 30

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ № 7 Г. АПАТИТЫ, Пятакова Ирина Викторовна, заведующий
15.11.24 16:41 (MSK) Сертификат 266DE5C8F919C37B06809A57CAC35791