

МЕНЮ ЯСЛИ 12 часов Весна

Утверждено

заведующий *Е.Н. Терехова*  
Приказ № 40/9-0 от 31.08.2023

МБДОУ № 46  
г. Апатиты



1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>ЗАВТРАК</b>									
Каша пшеничная 150	Омлет натуральный 100 Зеленый горошек 40, кукуруза 40	Каша манная 150	Каша кукурузная 150	Каша геркулесовая 150	Каша рисовая 150	Каша пшеничная 150	Каша манная 150	Каша геркулесовая 150	Каша ячневая 150
Чай с лимоном 150	Кофейный напиток с молоком 150	Какао с молоком 150	Чай с молоком 150	Кофе с молоком 150	Чай с лимоном 150	Кофе с молоком 150	Чай с молоком 150	Какао с молоком 150	Кофе с молоком 150
Бутерброд с джемом 45	Бутерброд с маслом 45	Бутерброд со сгущ. молоком 50	Бутерброд с джемом 45	Бутерброд с маслом 45	Бутерброд с повидлом 50	Бутерброд с маслом 45	Бутерброд со сгущ. молоком 50	Бутерброд с джемом 45	Бутерброд с маслом 45
<b>II ЗАВТРАК</b>									
Сок 100	Сок 100	Сок 100	Сок 100	Сок 100	Сок 100	Сок 100	Сок 100	Сок 100	Сок 100
Фрукты 100	Фрукты 100	Фрукты 100	Фрукты 100	Фрукты 100	Фрукты 100	Фрукты 100	Фрукты 100	Фрукты 100	Фрукты 100
<b>ОБЕД</b>									
Огурец (томат) консервированный 40	Икра из моркови 50	Икра из свеклы 50	Салат из моркови 50	Томаты конс. 40	Икра из моркови 50	Огурец консервированный 40	Салат из свеклы с чесноком 50	Томаты консервированные 40	Салат из соленого огурца с луком 50
Щи из св. капусты 180	Суп картофельный с бобовыми 150	Рассольник ленинградский 150	Суп из овощей 150	Свекольник 150	Суп картофельный 150	Борщ с капустой 150	Суп картофельный с рыбой 150	Бульон из кур 150	Суп карт. с клецками 150
Гуляш из мяса 65	Рулет мясной с яйцом 70	Суфле из кур 70	Тефтели мясные 65	Суфле из печени 70	Биточки мясные 65	Суфле мясное 70	Птица отварная 65	Пирожок с капустой 65	Капустная запеканка с мясом 160
Рис 110	Картофель отварной 110	Капуста тушеная 110	Греча 110	Картофельное пюре 110	Греча 110	Картофель отварной 110	Макароны 110	Мясо тушеное 65	Картофельное пюре 110
Соус 20	Соус 20		Соус 20	Соус 20	Соус 20	Соус 20			Соус 20
Компот сухофрукты 150	Компот курага 150	Компот чернослив 150	Компот шиповник 150	Компот изюм 150	Компот из сухоф. 150	Компот чернослив 150	Компот шиповник 150	Компот курага 150	Компот сухофрукты 150
Хлеб 40	Хлеб 40	Хлеб 40	Хлеб 40	Хлеб 40	Хлеб 40	Хлеб 40	Хлеб 40	Хлеб 40	Хлеб 40
<b>ПОЛДНИК</b>									
Простокваша 100	Простокваша 100	Простокваша 100	Простокваша 100	Простокваша 100	Простокваша 100	Простокваша 100	Простокваша 100	Простокваша 100	Простокваша 100
Печенье 10	Вафли 15	Печенье 10	Вафли 15	Печенье 10	Вафли 15	Печенье 10	Вафли 15	Печенье 10	Вафли 15
<b>УЖИН</b>									
Запеканка из творога 170	Суфле рыбное 110	Салат из яблок 70	Рыба запеченная с картофелем поррусски 170	Пудинг из творога с рисом 170	Рагу из овощей 170	Запеканка рыбная 110	Запеканка из творога 170	Плов бухарский 170	Лапшевник с творогом 170
Соус сладкий 30	Винегрет 65	Оладьи печеные 120		Соус сладкий 40	Томат свежий 40	Салат картофельный с огурцом сол. 65	Соус сладкий 40	Томат консер. 40	Соус сладкий 30
Чай с молоком 150	Чай 150	Чай с лимоном 150	Кофе с молоком 150	Чай 150	Какао с молоком 150	Чай с лимоном 150	Кофе с молоком 150	Чай с лимоном 150	Чай 150
Бутерброд с сыром 50	Булочка нежная 150	Джем 30	Гренка с сыром 50	Булочка домашняя 65	Бутерброд с сыром 50	Булочка молочная 65	Гренки пшенич. хлеба 30	Бутерброд с маслом 50	Бутерброд с сыром 50