

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
МБДОУ № 99 г. Пензы «Карусель»
_____ Е.Е. Бубнова
«30» августа 2023 г.

**10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ДЕТСКОГО САДА № 99 ГОРОДА ПЕНЗЫ «КАРУСЕЛЬ»**

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ				
ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
ЗАВТРАК Каша рисовая молочная жидкая 150/200 Булка, масло, сыр 30/7/4 40/8/6 Чай с молоком 150/180	ЗАВТРАК Каша геркулесовая жидкая 150/200 Булка, масло, сыр 30/7/4 40/8/6 Кофейный напиток с молоком 150/180	ЗАВТРАК Каша пшенная молочная жидкая 150/200 Булка, масло, сыр 30/7/4 40/8/6 Какао с молоком 150/180	ЗАВТРАК Каша ячневая вязкая 150/200 Булка, масло, сыр 30/7/4 40/8/6 Кофейный напиток с молоком 150/180	ЗАВТРАК Каша молочная «Дружба» 150/200 Булка, масло, сыр 30/7/4 40/8/6 Какао с молоком 150/180
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	ВТОРОЙ ЗАВТРАК Вафли 30/30 Чай с молоком 150/180	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	ВТОРОЙ ЗАВТРАК Молоко кипяченое 150/180	ВТОРОЙ ЗАВТРАК
ОБЕД Салат из капусты с яблоками 40/60	ОБЕД Огурец свежий 40/60 Борщ с капустой,	ОБЕД Помидор свежий 40/60 Суп гороховый	ОБЕД Салат из свеклы с растительным маслом 40/60	ОБЕД Салат из свежих огурцов 40/60

<p>Суп картофельный с макаронными изделиями 170/200</p> <p>Биточки из говядины 60/80</p> <p>Пюре из гороха с маслом 110/130</p> <p>Компот из изюма 150/180</p> <p>Хлеб 40/50</p>	<p>картофелем и сметаной на мясном бульоне 170/200</p> <p>9/11</p> <p>Плов из отварной говядины 150/180</p> <p>Компот из яблок с лимоном 150/180</p> <p>Хлеб 40/50</p>	<p>вегетарианский с гречками 170/200</p> <p>Тефтели из говядины с томатным соусом 60/80</p> <p>Каша гречневая рассыпчатая 110/150</p> <p>Компот из сухофруктов 150/180</p> <p>Хлеб 40/50</p>	<p>Суп картофельный с рыбными фрикадельками 170/200</p> <p>Котлета из говядины 60/80</p> <p>Макароны отварные 110/130</p> <p>Соус томатный 20/25</p> <p>Компот из изюма 150/180</p> <p>Хлеб 40/50</p>	<p>Суп из бобовых с зеленым горошком и сметаной 170/200</p> <p>9/11</p> <p>Шницель припущенный (грудка) 60/80</p> <p>Рагу из овощей 120/150</p> <p>Напиток из плодов шиповника 150/180</p> <p>Хлеб 40/50</p>
<p>ПОЛДНИК</p> <p>Пудинг творожный 130/150</p> <p>Повидло 5/5</p> <p>Молоко кипяченое 150/180</p>	<p>ПОЛДНИК</p> <p>Котлета рыбная любительская 60/80</p> <p>Картофельное пюре 120/150</p> <p>Чай с сахаром 150/180</p> <p>Булка 30/40</p>	<p>ПОЛДНИК</p> <p>Вареники ленивые со сгущенным молоком 80/100</p> <p>Молоко кипяченое 150/180</p>	<p>ПОЛДНИК</p> <p>Омлет натуральный 130/150</p> <p>Чай с лимоном 150/180</p> <p>Булка 30/40</p>	<p>ПОЛДНИК</p> <p>Запеканка из творога 80/100</p> <p>Повидло 5/5</p> <p>Чай с сахаром 150/180</p>
ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ				
ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА

ЗАВТРАК Суп молочный с макаронными изделиями 170/200 Булка, масло, сыр 30/7/4 40/8/6 Чай с молоком 150/180	ЗАВТРАК Каша гречневая молочная вязкая 150/200 Булка, масло, сыр 30/7/4 40/8/6 Кофейный напиток с молоком 150/180	ЗАВТРАК Каша геркулесовая жидкая 150/200 Булка, масло, сыр 30/7/4 40/8/6 Какао с молоком 150/180	ЗАВТРАК Каша манная молочная жидкая 150/200 Булка, масло, сыр 30/7/4 40/8/6 Кофейный напиток с молоком 150/180	ЗАВТРАК Каша боярская (пшенная с изюмом) 150/200 Булка, масло, сыр 30/7/4 40/8/6 Какао с молоком 150/180
ВТОРОЙ ЗАВТРАК Сок 150/180	ВТОРОЙ ЗАВТРАК Снежок 150/180	ВТОРОЙ ЗАВТРАК Печенье 25/25 Чай с сахаром 150/180	ВТОРОЙ ЗАВТРАК Ряженка 150/180	ВТОРОЙ ЗАВТРАК Вафли 30/30 Молоко кипяченое 150/180
ОБЕД Салат витаминный 40/60 Суп крестьянский с крупой и со сметаной 170/200 9/11 Котлета из говядины 60/80 Картофельное пюре 120/150 Компот из яблок с лимоном 150/180	ОБЕД Огурец свежий 40/60 Суп картофельный с клецками 170/200 Макаронник с мясом 130/150 Соус томатный 20/25 Компот из сухофруктов 150/180 Хлеб 40/50	ОБЕД Салат из свежих помидоров и огурцов 40/60 Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 170/200 9/11 Жаркое домашнему 130/150 Компот из изюма 150/180	ОБЕД Салат из свежих помидоров с луком 40/60 Суп лапша домашняя на курином бульоне с курицей 170/200 Голубцы ленивые 130/150 Соус томатный 20/25 Компот из яблок с лимоном 150/180	ОБЕД Свекольник со сметаной 170/200 9/11 Шницель припущенный 60/80 120/150 Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой тушеной) Напиток из плодов шиповника 150/180

Хлеб 40/50		Хлеб 40/50	Хлеб 40/50	Хлеб 40/50
ПОЛДНИК Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком 130/150 20/30 Чай с сахаром 150/180	ПОЛДНИК Пирожок печеный с капустой 40/60 Чай с сахаром 150/180 Яблоко 100/100	ПОЛДНИК Рыба, запеченная в омлете (минтай) 130/150 Булка 30/40 Чай с лимоном 150/180	ПОЛДНИК Ватрушка с творогом 60/60 Чай с сахаром 150/180 Яйцо вареное 40/40	ПОЛДНИК Биточки рыбные (минтай) 60/80 Макароны отварные 110/130 Чай с лимоном 150/180