|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  | | --- | --- | |  | Утверждаю:  и.о. заведующего МБДОУ «Детский сад №7 г.Калининска Саратовской области»  \_\_\_\_\_\_\_С.Б.Горбачева | | **2024 г. День 1** | | | **Завтрак** | | | Каша гречневая рассыпчатая с сахаром | 150/200 | | Чай с сахаром | 180/200 | | Хлеб пшеничный | 30/40 | | **Второй завтрак** | | | Снежок | 100/100 | | **Обед** | | | Овощи натуральные свежие ( до 01.03) | 50/60 | | 1.Суп вермишелевый на курином бульоне | 170/200 | | 2.Плов с мясом птицы или говядины | 120/130 | | 3.Компот из сухофруктов + витамин С | 150/200 | | Хлеб пшеничный | 40/60 | | **Уплотненный полдник** | | | Запеканка из творога | 180/200 | | Кофейный напиток с молоком | 180/200 | | Хлеб пшеничный | 40/40 | |  |  | | |  |  | | --- | --- | |  | Утверждаю:  и.о. заведующего МБДОУ «Детский сад №7 г.Калининска Саратовской области»  \_\_\_\_\_\_\_С.Б.Горбачева | | **2024 г. День 2** | | | **Завтрак** | | | Каша пшённая молочная | 130/200 | | Чай с сахаром | 180/200 | | Батон с повидлом | 30+10/40+10 | | **Второй завтрак** | | | Яблоко | 100/100 | | **Обед** | | | Капуста шинкованная с морковью и раст. маслом ( до 01.03) | 60/60 | | 1.Суп перловый на м/к бульоне со сметаной | 150+9/200+11 | | 2.Картофель отварной со сливочным маслом | 110/130 | | 3.Котлета или биточки рыбные | 60/80 | | Компот из сухофруктов + витамин С | 150/200 | | Хлеб пшеничный | 30/30 | | Хлеб ржаной | 20/20 | | **Уплотненный полдник** | | | Омлет натуральный | 180/200 | | Чай с сахаром | 180/200 | | Хлеб пшеничный | 40/50 | |  |  | |
| |  |  | | --- | --- | |  | Утверждаю:  и.о. заведующего МБДОУ «Детский сад №7 г.Калининска Саратовской области»  \_\_\_\_\_\_\_С.Б.Горбачева | | **2024 г. День 3** | | | **Завтрак** | | | Яйцо куриное отварное | 30/30 | | Вермишель отварная со сливочным маслом | 130/150 | | Чай с сахаром | 180/200 | | Хлеб пшеничный с маслом | 30+10/40+10 | | **Второй завтрак** | | | Сок | 100/100 | | **Обед** | | | Морковь тёртая с раст.маслом ( до 01.03) | 60/60 | | 1.Борщ на м/к бульоне | 150/200 | | 2.Котлета мясная | 70/80 | | Каша гречневая рассыпчатая | 110/130 | | Соус томатный | 30/30 | | 3.Компот из сухофруктов + витамин С | 150/180 | | Хлеб пшеничный | 30/30 | | Хлеб ржаной | 20/20 | | **Уплотненный полдник** | | | Каша геркулесовая молочная | 150/200 | | Кисель | 180/200 | | Печенье | 50/50 | |  |  | | |  |  | | --- | --- | |  | Утверждаю:  и.о. заведующего МБДОУ «Детский сад №7 г.Калининска Саратовской области»  \_\_\_\_\_С.Б. Горбачева | | **2024 г. День 4** | | | **Завтрак** | | | Каша молочная «Дружба» | 150/200 | | Чай с сахаром | 180/200 | | Хлеб пшеничный с сыром | 30+10/40+10 | | **Второй завтрак** | | | Сок | 100/100 | | **Обед** | | | Свёкла отварная | 50/60 | | 1.Суп картофельный, рыбный | 150/200 | | 2.Жаркое по-домашнему с мясом | 110/130 | | 3.Компот из сухофруктов + витамин С | 150/200 | | Хлеб пшеничный | 30/30 | | Хлеб ржаной | 20/20 | | **Уплотненный полдник** | | | Блинчики с повидлом | 180+40/200+50 | | Чай с сахаром | 180/200 | |  |  | |  |  | |
| |  |  | | --- | --- | |  | Утверждаю:  и.о. заведующего МБДОУ «Детский сад №7 г.Калининска Саратовской области»  \_\_\_\_\_С.Б. Горбачева | | **2024 г. День 5** | | | **Завтрак** | | | Каша манная молочна | 150/200 | | Чай с сахаром | 180/200 | | Батон с повидлом | 30+10/40+10 | | **Второй завтрак** | | | Яблоко | 100/100 | | **Обед** | | | 1.Суп гороховый на м/к бульоне | 180/200 | | 2.Гуляш из отварного мяса | 70/80 | | Вермишель отварная с маслом | 110/130 | | 3.Компот из сухофруктов + витамин С | 150/200 | | Хлеб пшеничный | 30/30 | | Хлеб ржаной | 20/20 | | **Уплотненный полдник** | | | Каша рисовая молочная | 150/200 | | Кисель | 180/200 | | Ватрушка с творогом | 70/80 | |  |  | | |  |  | | --- | --- | |  | Утверждаю:  и.о. заведующего МБДОУ «Детский сад №7 г.Калининска Саратовской области»  \_\_\_\_\_С.Б. Горбачева | | **2024 г. День 6** | | | **Завтрак** | | | Вермишель отварная со сливочным маслом | 130/150 | | Чай с сахаром | 180/200 | | Батон с повидлом | 30+10/40+10 | | **Второй завтрак** | | | Снежок | 100/100 | | **Обед** | | | Свёкла отварная | 60/60 | | 1.Суп-клёцки на к/б | 150/200 | | 2.Гуляш из отварного мяса | 60/80 | | Каша гречневая рассыпчатая | 110/130 | | 3.Компот из сухофруктов + витамин С | 150/200 | | Хлеб пшеничный | 30/30 | | Хлеб ржаной | 20/20 | | **Уплотненный полдник** | | | Каша пшённая молочная | 180/200 | | Кисель | 180/200 | | Ватрушка с творогом | 70/70 | |  |  | |  |  | |
| |  |  | | --- | --- | |  | Утверждаю:  и.о. заведующего МБДОУ «Детский сад №7 г.Калининска Саратовской области»  \_\_\_\_\_С.Б. Горбачева | | **2024 г. День 7** | | | **Завтрак** | | | Каша рисовая молочная | 150/200 | | Чай с сахаром | 180/200 | | Хлеб с маслом | 20+10/30+10 | | **Второй завтрак** | | | Сок | 100/100 | | **Обед** | | | Капуста шинкованная с морковью и раст. маслом ( до 01.03) | 60/60 | | 1.Суп с фрикадельками | 150/200 | | 2.Картофель отварной со сливочным маслом | 110/130 | | Котлета или биточки рыбные | 60/80 | | 3.Компот из сухофруктов + витамин С | 150/200 | | Хлеб пшеничный | 30/30 | | Хлеб ржаной | 20/20 | | **Уплотненный полдник** | | | Блинчики с повидлом | 180+20/200+20 | | Какао с молоком | 180/200 | |  |  | |  |  | | |  |  | | --- | --- | |  | Утверждаю:  и.о. заведующего МБДОУ «Детский сад №7 г.Калининска Саратовской области»  \_\_\_\_\_С.Б. Горбачева | | **2024 г. День 8** | | | **Завтрак** | | | Каша манная молочная | 150/200 | | Чай с сахаром | 180/200 | | Печенье | 30/30 | | **Второй завтрак** | | | Сок | 100/100 | | **Обед** | | | О вощи натуральные ( до 01.03) | 60/60 | | 1.Щи на м/к или к/б бульоне со сметаной | 180+4/200+5 | | 2.Пельмени со сливочным маслом | 100+5/100+5 | | 3.Компот из сухофруктов + витамин С | 150/200 | | Хлеб пшеничный | 50/60 | | **Уплотненный полдник** | | | Омлет натуральный | 180/200 | | Кофейный напиток с молоком | 180/200 | | Хлеб пшеничный | 40/50 | |  |  | |
| |  |  | | --- | --- | |  | Утверждаю:  и.о. заведующего МБДОУ «Детский сад №7 г.Калининска Саратовской области»  \_\_\_\_\_С.Б. Горбачева | | **2024 г. День 9** | | | **Завтрак** | | | Суп молочный с вермишелью | 150/200 | | Чай с сахаром | 180/200 | | Батон с маслом | 30+10/40+10 | | **Второй завтрак** | | | Яблоко | 100/100 | | **Обед** | | | Морковь тёртая с раст. маслом ( до 01.03) | 50/60 | | 1.Суп картофельный рыбный | 180/200 | | 2.Голубцы ленивые с мясом | 120/130 | | 3.Компот из сухофруктов + витамин С | 150/200 | | Хлеб пшеничный | 30/30 | | Хлеб ржаной | 20/20 | | **Уплотненный полдник** | | | Сырники из творога со сгущ. молоком | 150+20/200+20 | | Кисель | 180/200 | | Хлеб пшеничный | 40/40 | |  |  | | |  |  | | --- | --- | |  | Утверждаю:  и.о. заведующего МБДОУ «Детский сад №7 г.Калининска Саратовской области»  \_\_\_\_\_С.Б. Горбачева | | **2024 г. День 10** | | | **Завтрак** | | | Каша молочная «Дружба» | 150/200 | | Чай с сахаром | 180/200 | | Хлеб с сыром | 30+10/40+10 | | **Второй завтрак** | | | Яблоко | 100/100 | | **Обед** | | | 1.Суп картофельный с вермишелью на м\к или к/б бульоне | 150/200 | | 2.Гороховое пюре | 110/130 | | Гуляш из отварного мяса говядины или птицы | 70/80 | | 3.Компот из сухофруктов + витамин С | 150/200 | | Хлеб пшеничный | 30/30 | | Хлеб ржаной | 20/20 | | **Уплотненный полдник** | | | Каша геркулесовая молочная | 150/200 | | Чай с сахаром | 180/200 | | Булочка домашняя | 70/80 | |  |  | |