

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ЧДОУ «Детский сад «Швабе-Эрудит»

/ Л.В.Широков:

Диетическое меню 1 неделя (зима)

	Понедельник	№ карты	Вторник	№ карты	Среда	№ карты	Четверг	№ карты	Пятница	№ карты
ЗАВТРАК	Картофель отварной	11	Каша гречневая на воде	35	Каша пшеничная на воде	40	Рис отварной	33	Макароны отварные	32
	Бутерброд с маслом	88	Бутерброд с маслом, сыром	89	Бутерброд с маслом, сыром	89	Бутерброд с маслом, сыром	89	Бутерброд с маслом, сыром	89
	Чай	71	Чай	74	Чай	75	Чай	74	Чай	73
10 ч.	Фрукты свежие		Фрукты свежие		Фрукты свежие		Фрукты свежие		Фрукты свежие	
ОБЕД			Салат свекольный Салат из моркови с растит. маслом*/	8 5	Салат б/к капусты с морковью*/ Салат картофельный с кукурузой, репч. луком, растит. маслом	3 11/3	Салат картоф. с морковью и раст. маслом/ Салат из свежих огурцов*	3/1 6	Салат картофельный с морковью, свёклой и раст. маслом / Свежий огурец/помидор*	11/2 6/1
	Суп овощной	15	Суп «Полевой»	16/1	Свекольник	12/1	Суп-лапша на курином бульоне	18	Суп геркулесовый с мясом: фрикадел.	16
	Котлета из мяса говядины	60	Рулет из мяса говядины с яйцом	64	Гуляш из мяса говядины/ Биточки из говяд.	58 60	Мясо кур отварное/ Гуляш из мяса кур	67 67/2	Биточки из мяса говядины	60
	Каша гречневая вязкая	35	Пюре картофельное на воде	23	Макаронные изделия отварные	32	Морковь тушенная/ Каша гречневая вязк	26 35	Капуста тушенная Пюре картофельное	25 23
	Компот из сухофруктов	69	Компот из сухофруктов	69	Компот из сухофруктов	69	Компот из сухофруктов	69	Кисель фруктовый	70
	Печенье	80		80/2	Сок яблочный	78		80/1	/Печенье	80/2
УЖИН	Салат б/к капусты с морковью	3 5/2			Гарнир овощной сборный	28/2 6/1			Салат из моркови с яблоком с растит. маслом	5/1
	Макароны отварные	32	Рыба, тушенная с овощами (Котлета рыбная – ясли)	50 51	Картофель отварной	1	Рыба, тушенная с овощами (Котлета рыбная – ясли)	50 51	Рис отварной	33
			Рис отварной	33			Пюре картофельное на воде	23		
	Булочка		Булочка		Булочка		Булочка		Булочка	
	Чай	73	Чай с лимоном	72	Чай	71	Чай с лимоном	72	Чай	71

Диетическое меню 2 неделя (зима)

	Понедельник	№ карты	Вторник	№ карты	Среда	№ карты	Четверг	№ карты	Пятница	№ карты
ЗАВТРАК	Картофель отварной	1	Каша гречневая вязкая	34	Каша гречневая вязкая	35	Рис отварной	33	Рис отварной	33
	Бутерброд с маслом	88	Бутерброд с маслом, сыром	89	Бутерброд с маслом, сыром	89	Бутерброд с маслом, сыром	89	Бутерброд с маслом, сыром	89
	Чай	71	Чай	74	Чай	75	Чай	74	Чай	75
10 ч.	Фрукты свежие		Фрукты свежие		Фрукты свежие		Фрукты свежие		Фрукты свежие	
ОБЕД			Салат свекольный/ Свежий/ огурец/помидор*	8 6/1	Салат из б/к капусты с морковью*/ Салат картофельн. с огурцом и раст.маслом	3 11	Салат из моркови с яблоком на раст. масле/ Салат из огурцов с раст. маслом*	5/1 6	Салат горошек зелёный с яйцом Салат из св.огурцов и помидор*	2/1 7
	Суп овощной	15	Суп фасолевый с мясными фрикад.	21	Суп-пюре картофельный с грибами	19 22	Суп картофельн. с макаронами	16/1	Свекольник	12/1
	Кнели мясные паровые	63	Тефтели мясные в томатном соусе	61 82	Мясо кур отварное/ Гуляш из мяса кур	67 67/2	Биточки из мяса кур/ Биточки из мяса говядины	68 60	Мясо говядины , тушенное в овощах	54
	Гороховое пюре на воде	29	Пюре розовое на воде	23	Свёкла тушенная в Рис отварной	27 33	Капустатужен./ Каша гречневая	25 35		
	Компот из сухофруктов	69	Компот из сухофруктов	69	Компот из сухофруктов	69	Компот из сухофруктов	69	Кисель фруктовый	70
ПОЛДНИК	печенье				Сок яблочный				печенье	
УЖИН	Салат из моркови с раст.маслом*/ Салат картофельн. с кукурузой , луком	5 11/3	Салат из б/к капусты с морковью раст.маслом	3 5/2	Биточки из говядины/Язык говяжий отварной/ Печень «По-Строг»	60 64/1 57	Рыба, тушенная в овощах/Котлета рыбная – ясли	50 51	Салат из моркови с раст.маслом	5
	Каша гречневая вязкая	35	Рис отварной	33	Макаронные изделия	32	Пюре картофельное на воде	23	Макароны отварные	32
	Булочка		Булочка		Булочка		Булочка		Булочка	
	Чай	71	Чай с лимоном	72	Чай	71	Чай с лимоном	72	Чай	71

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ЧДОУ «Детский сад «Швабе –Эрудит»

/ Л.В.Широкова

Диетическое меню 3 неделя (зима)



	Понедельник	№ карты	Вторник	№ карты	Среда	№ карты	Четверг	№ карты	Пятница	№ карты
ЗАВТРАК	Каша гречневая вязкая	35	Рис отварной	33	Каша пшеничная на воде		Макаронны отварные	33	Картофель отварной	1
	Бутерброд с маслом	88	Бутерброд с маслом, сыром	89	Бутерброд с маслом, сыром	89	Бутерброд с маслом, сыром	89	Бутерброд с маслом, сыром	89
	Чай	71	Чай	74	Чай	75	Чай	74	Чай	73
10 ч.	Фрукты свежие		Фрукты свежие		Фрукты свежие		Фрукты свежие		Фрукты свежие	
ОБЕД			Салат из моркови с раст. маслом/Салат картофельный с зел. горешком	5 9	Салат картофельный с огурцом/ Свежий огурец/помидор*	11 6	Салат из б/к капусты с морковью/Салат картофельный с морковью	3 11/1	Салат из моркови с раст. маслом/св. огурец/помидор*	5 6/1
	Рассольник	14	Борщ	12	Суп-Лапша на к/б	18	Суп гороховый	17	Суп рыбный	21/1
	Котлета из говядины	60	Запеканка картофельная с мясом говядины	66	Гуляш из мяса куры/ Гуляш из индейки	67/2 67/1	Биточки из мяса кур/ Биточки из мяса индейки	68 68/3	Котлета из говядины	60
	Макаронные изделия	32	Молочный соус	81	Каша перловая Картофель отварной	35/1	Рис отварной	33 30	Капуста тушеная Пюре картофельное на воде	25 23
	Компот из сухофруктов	69	Компот из сухофруктов	69	Компот из сухофруктов	69	Компот из сухофруктов	69	Кисель фруктовый	70
					Сок яблочный	78			Печенье	
ПОЛДНИК										
УЖИН	Салат из б/капусты с морковью	3	Кнели рыбные	52	Салат картофельный с морковью, репч.лук	8/2	Рыба, тушеная в овощах/Котлета рыбная – ясли/ Филе сельди	50 51 50/1	Салат картофельный с кукурузой и репч.луком	11/3
	Картофель отварной	1	Каша гречневая вязкая	35	Каша гречневая вязкая	48	Пюре картофельное на воде	23	Каша гречневая вязкая	35
	Булочка		Булочка		Булочка		Булочка		Булочка	
	Чай	73	Чай с лимоном	72	Чай	71	Чай с лимоном	72	Чай	71

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ЧДОУ «Детский сад «Швабе – Эрудит»
/ Л.В. Широкова

Диетическое меню 4 неделя (зима)

	Понедельник	№ карты	Вторник	№ карты	Среда	№ карты	Четверг	№ карты	Пятница	№ карты
ЗАВТРАК	Картофель отварной	1	Каша гречневая вязкая	35	Каша пшеничная на воде	40/2	Рис отварной	33	Каша гречневая вязкая	35
	Бутерброд с маслом	88	Бутерброд с маслом, сыром	89	Бутерброд с маслом, сыром	89	Бутерброд с маслом, сыром	89	Бутерброд с маслом, сыром	89
	Чай	71	Чай	71	Чай	71	Чай	71	Чай	71
10 ч.	Фрукты свежие	77	Фрукты свежие	77	Фрукты свежие	76	Фрукты свежие	78	Фрукты свежие	77
ОБЕД			Салат из отварной свеклы с яблоком с раст. маслом	8/2 6/1	Салат из моркови с раст. маслом/ Салат из св. огурца с раст. маслом*	5 11/2	Салат из б/к капуста морковью//св. огурец/помидор*	3 6/1	Салат горошек зелёный с яйцом/ Салат из св.огурцов и помидор*	2/1 7
	Щи	13	Рассольник	14	Суп гороховый	17	Суп-пюре картофельный с гренками на к/б	19	Борщ	12
	Котлета из мяса говядины	60	Бифштекс из мяса говядины	59	Мясо говядины тушен.с овощами/ Азу с мясом говяд.	54 66/1	Мясо кур отварное	67	Плов с мясом говядины	55
	Гороховое пюре	29	Пюре розовое/ Картофель в молоке	24 24/1			Морковь тушенная/Каша гречневая вязкая	26/1 35/1		
	Компот из сухофруктов	69	Компот из сухофруктов	69	Компот из сухофруктов	69	Компот из сухофруктов	6	Кисель фруктовый	70
ПОЛДНИК	Печенье				Сок яблочный	78			Печенье	
УЖИН	Салат из б/к капусты с морковью*/Салат картофель с морков и раст. маслом	3 10/1	Салат картофельный с кукурузой и репч.луком	11/3	Котлета рыбная/ясли Рыба, тушенная в овощах	51 50	Салат картофель с зелёным горошком и с раст. маслом	11	Салат из моркови с раст.маслом	5
	Каша гречневая вязкая	35	Рис отварной	33	Макаронные изделия	32	Картофель отварной	1	Макароны отварные	32
	Булочка		Булочка		Булочка		Булочка		Булочка	
	Чай	71	Чай с лимоном	72	Чай	71	Чай с лимоном	72	Чай	71