

3-я неделя

Утверждено,
 директор ООО «Заря»,
 директор сада «Крона»
 зав.душой Детским садом «Крона»

С.В. Севостьянова
 5838006420
 19.09.2020

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг
Завтрак	Каша геркулесовая 1/200 гр	Каша ячневая 1/200 гр	Каша пшенная 1/200 гр	Каша манная 1/200 гр
	Бутерброд с маслом 1/30/5 гр	Бутерброд с сыром и маслом 1/30/10/5 гр	Бутерброд с повидлом 1/30/10 гр	Бутерброд со ступицей 1/30/5 гр
2 ^д завтрак	Какао с молоком 1/180 гр	Кофе с молоком 1/180 гр	Чай с молоком 1/180 гр	Какао с молоком 1/180 гр
	Фрукты 1/100 гр	Фрукты 1/100 гр	Фрукты 1/100 гр	Фрукты 1/100 гр
Обед	Салат из моркови 1/60 гр	Винегрет 1/60 гр	Салат витаминный с капустой и морковью 1/60 гр	Помидорные дольки 1/60 гр
	Свекольник с говядиной 1/200 гр	Суп рисовый с говядиной 1/200 гр	Суп с вермишелью с курицей 1/200 гр	Уха из горбуши 1/200 гр
Полдник	Котлета из говядины 1/70 гр	Гуляш из индейки 1/100 гр	Котлета из говядины 1/70 гр	Котлеты куриные "Любительские" 1/70 гр
	Рис с овощами 1/150 гр	Макаронные отварные 1/150 гр	Картофельное пюре 1/150 гр	Гороховое пюре 1/150 гр
Ужин	Компот из сухофруктов 1/180 гр	Кисель фруктовый 1/180 гр	Димонный напиток 1/180 гр	Клюквенный напиток 1/180 гр
	Хлеб ржаной, пшеничный (витамин С - 0,05 гр) 1/30/40 гр	Хлеб ржаной, пшеничный 1/30/40 гр	Хлеб ржаной, пшеничный 1/30/40 гр	Хлеб ржаной, пшеничный 1/30/40 гр
2-й ужин 19:00	Запеканка творожная со ступицей 1/120/20 гр	Булочка дорожная 1/70 гр	Штрудель 1/70 гр	Творожное печенье 1/70 гр
	Йогурт 1/180 гр	Йогурт 1/180 гр	Йогурт 1/180 гр	Ряженка 1/180 гр
Ужин	Гуляш из говядины 1/70 гр	Картофельная запеканка с горбушей 1/200 гр	Плов из говядины 1/200 гр	Котлета из говядины 1/70 гр
	Речневая каша с овощами 1/150 гр	Помидорные дольки 1/60 гр	Помидорные дольки 1/60 гр	Макаронны с маслом 1/150 гр
2-й ужин 19:00	Чай с сахаром 1/180 гр	Чай с лимоном и сахаром 1/180 гр	Компот из сухофруктов 1/180 гр	Кисель 1/180 гр
	Хлеб пшеничный 1/50 гр	Хлеб пшеничный 1/50 гр	Хлеб пшеничный 1/50 гр	Хлеб пшеничный 1/50 гр
2-й ужин 19:00	Фрукты 1/160 гр	Булочка 1/70 гр	Фрукты 1/160 гр	Булочка 1/70 гр
	Йогурт 1/180 гр	Йогурт 1/180 гр	Йогурт 1/180 гр	Йогурт 1/180 гр
Ужин	Чай с сахаром 1/180 гр	Чай с сахаром 1/180 гр	Чай с сахаром 1/180 гр	Чай с сахаром 1/180 гр
	Хлеб пшеничный 1/50 гр	Хлеб пшеничный 1/50 гр	Хлеб пшеничный 1/50 гр	Хлеб пшеничный 1/50 гр
2-й ужин 19:00	Фрукты 1/160 гр	Булочка 1/70 гр	Фрукты 1/160 гр	Булочка 1/70 гр
	Йогурт 1/180 гр	Йогурт 1/180 гр	Йогурт 1/180 гр	Йогурт 1/180 гр