

**Ежедневное меню на август 2021г.
МБДОУ д/с «Теремок» п. Лев Толстой**

02 августа		
Прием пищи	Наименование блюда	ясли/сад
завтрак	яйцо вареное	20/40
	макароны отварные с маслом сливочным	120/4 150/5
	чай с сахаром	150/180
	масло сливочное	5/5
	печенье	24/24
	второй завтрак	банан
обед	суп гороховый с гренками	250/10
	картофельное пюре	150
	рыба, тушенная с овощами	80
	компот из сухофруктов	180
	хлеб ржаной	40
	хлеб пшеничный	20
уплотненный полдник	суп молочный пшеничный	200
	ватрушка с повидлом	35
	кофейный напиток с молоком	180
	сыр	10
	хлеб пшеничный	20
03 августа		
завтрак	каша жидкая рисовая	158/210
	какао с молоком	150/180
	бутерброд с маслом	20/5 30/5
	сыр	8/10
второй завтрак	кефир 3,2%	100/150
обед	щи из свежей капусты с картофелем	250
	сметана 15%	10
	каша рассыпчатая гречневая	150
	котлета рубленая	80

	Салат из свежих огурцов и помидор	60
	компот из свежих яблок	180
	хлеб ржаной	40
	хлеб пшеничный	20
уплотненный полдник	сырники из творога	100
	молоко сгущенное	25
	хлеб пшеничный	20
	Напиток из сока	180
04 августа		
завтрак	каша овсяная жидкая с маслом и сахаром	150/5 200/5
	чай с молоком	150/180
	бутерброд с маслом сливочным	20/5 30/5
второй завтрак	апельсин	100/100
обед	суп с клецками	200/20 250/20
	голубцы ленивые	120/160
	соус сметанный	15/30
	кисель плодово-ягодный	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
	хлеб ржаной	30/40
уплотненный полдник	зефир	40
	рыба, запеченная в омлете	120
	напиток из шиповника	180
	хлеб пшеничный	20
05 августа		
завтрак	каша гречневая вязкая с маслом и сахаром	158/210
	кофейный напиток с молоком	150/180
	бутерброд с маслом сливочным	20/5 30/5
второй завтрак	Йогурт 2,5 %	100/150
обед	свекольник	200/250
	жаркое по-домашнему	150/175
	Салат из свежих огурцов	40/60
	компот из сухофруктов	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	пудинг из творога (запеченный)	100
	соус молочный (сладкий)	30
	Чай с лимоном	180

	хлеб пшеничный	20
06 августа		
завтрак	каша жидкая манная	158/210
	Чай с молоком	150/180
	бутерброд с маслом сливочным	20/5 30/5
второй завтрак	Яблоко	100/100
обед	Суп - лапша домашняя	200/250
	Рис отварной с маслом сливочным	120/5 150/5
	Котлета, рубленая из птицы	60/80
	Салат из свежих помидоров с луком	40/60
	Сок	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	Капуста тушеная	120
	Рыба отварная	80
	Булочка «Веснушка»	50
	Компот из апельсинов	180
	хлеб пшеничный	20
09 августа		
завтрак	каша рассыпчатая гречневая со сливочным маслом	120/160
	яйцо вареное	20/40
	чай с сахаром	150/180
	масло сливочное	5/5
	печенье	24/24
второй завтрак	банан	100/100
обед	Салат из свежих огурцов и помидор	40/60
	суп Крестьянский со сметаной	200/8 250/10
	картофельное пюре	120/150
	котлета рыбная	60/80
	компот из сухофруктов	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	крендель сахарный	50/50
	каша овсяная жидкая с маслом и сахаром	150/210
	кофейный напиток с молоком	150/180
	сыр	8/10
	Хлеб пшеничный	15/20
10 августа		
завтрак	каша вязкая пшеничная	158/210
	какао с молоком	150/180

	бутерброд с маслом сливочным	20/5 30/5
	сыр	8/10
второй завтрак	йогурт 2,5 %	100/150
обед	суп рыбный с консервами	200/250
	рагу из овощей	105/155
	котлета рубленая	60/80
	кисель из натурального сока	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	вареники ленивые (отварные)	55/110
	Компот из апельсинов	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
11 августа		
завтрак	каша манная жидкая	150/200
	чай с молоком	150/180
	бутерброд с маслом сливочным	20/5 30/5
второй завтрак	апельсин	100/100
обед	суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20 250/20
	макаронные изделия с маслом сливочным	120/4 150/5
	гуляш из отварного мяса	60/100
	компот из свежих яблок	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	Салат из свежих огурцов и помидоров	40/60
	омлет	65/85
	напиток из шиповника	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
12 августа		
завтрак	каша вязкая из смеси круп	150/4 200/5
	кофейный напиток с молоком	150/180
	бутерброд с маслом сливочным	20/5 30/5
второй завтрак	Кефир 3,2 %	100/150
обед	борщ с капустой и картофелем	200/250
	сметана 15%	8/10
	картофельное пюре	120/150
	рыба, запеченная с морковью	60/80
	компот из сухофруктов	150/180

	хлеб пшеничный	15/20
	хлеб ржаной	30/40
уплотненный полдник	салат "Зимний"	40/60
	тефтели мясные	60/60 80/80
	сок	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
13 августа		
завтрак	суп молочный с макаронными изделиями	150/200
	чай с лимоном	150/180
	бутерброд с маслом сливочным	20/5 30/5
второй завтрак	яблоко	100/100
обед	рассольник ленинградский	200/250
	сметана 15%	8/10
	плов из птицы	60/100 80/130
	салат из свежих огурцов и помидоров	40/60
	кисель плодово-ягодный	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	запеканка из творога с морковью	50/100
	повидло	20/25
	Компот из апельсин	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
16 августа		
завтрак	яйцо вареное	20/40
	макароны отварные с маслом сливочным	120/4 150/5
	чай с сахаром	150/180
	масло сливочное	5/5
	печенье	24/24
второй завтрак	банан	100/100
обед	суп гороховый с гречками	250/10 200/10
	картофельное пюре	120/150
	рыба, тушенная с овощами	60/80
	компот из сухофруктов	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	суп молочный пшенный	150/200
	ватрушка с повидлом	35/35

	кофейный напиток с молоком	150/180
	сыр	8/10
	хлеб пшеничный	15/20
17 августа		
завтрак	каша жидкая рисовая	158/210
	какао с молоком	150/180
	бутерброд с маслом	20/5 30/5
	сыр	8/10
второй завтрак	кефир 3,2%	100/150
обед	щи из свежей капусты с картофелем	200/250
	сметана 15%	8/10
	каша рассыпчатая гречневая	120/150
	котлета рубленая	60/80
	Салат из свежих огурцов и помидор	40/60
	компот из свежих яблок	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	сырники из творога	50/100
	молоко сгущенное	20/25
	хлеб пшеничный	15/20
	Напиток из сока	150/180
18 августа		
завтрак	каша овсяная жидкая с маслом и сахаром	150/5 200/5
	чай с молоком	150/180
	бутерброд с маслом сливочным	20/5 30/5
второй завтрак	апельсин	100/100
обед	суп с клецками	200/20 250/20
	голубцы ленивые	120/160
	соус сметанный	15/30
	кисель плодово-ягодный	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
	хлеб ржаной	30/40
уплотненный полдник	зефир	20/40
	рыба, запеченная в омлете	80/120
	напиток из шиповника	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
19 августа		
завтрак	каша гречневая вязкая с маслом и сахаром	158/210

	кофейный напиток с молоком	150/180
	бутерброд с маслом сливочным	20/5 30/5
второй завтрак	Йогурт 2,5 %	100/150
обед	свекольник	200/250
	жаркое по-домашнему	150/175
	Салат из свежих огурцов	40/60
	компот из сухофруктов	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	пудинг из творога (запеченный)	50/100
	соус молочный (сладкий)	15/30
	Чай с лимоном	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
20 августа		
завтрак	каша жидкая манная	158/210
	Чай с молоком	150/180
	бутерброд с маслом сливочным	20/5 30/5
второй завтрак	Яблоко	100/100
обед	Суп – лапша домашняя	200/250
	Рис отварной с маслом сливочным	120/5 150/5
	Котлета, рубленая из птицы	60/80
	Салат из свежих помидоров с луком	40/60
	Сок	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	Капуста тушеная	100/120
	Рыба отварная	50/80
	Булочка «Веснушка»	50/50
	Компот из апельсинов	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
23 августа		
завтрак	каша рассыпчатая гречневая со сливочным маслом	120/160
	яйцо вареное	20/40
	чай с сахаром	150/180
	масло сливочное	5/5
	печенье	24/24
второй завтрак	банан	100/100
обед	Салат из свежих огурцов и помидор	40/60
	суп Крестьянский со сметаной	200/8 250/10

	картофельное пюре	120/150
	котлета рыбная	60/80
	компот из сухофруктов	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	крендель сахарный	50/50
	каша овсяная жидкая с маслом и сахаром	150/5 210
	кофейный напиток с молоком	150/180
	сыр	8/10
	Хлеб пшеничный	15/20
24 августа		
завтрак	каша вязкая пшеничная	158/210
	какао с молоком	150/180
	бутерброд с маслом сливочным	20/5 30/5
	сыр	8/10
второй завтрак	йогурт 2,5 %	100/150
обед	суп рыбный с консервами	200/250
	рагу из овощей	105/155
	котлета рубленая	60/80
	кисель из натурального сока	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	вареники ленивые (отварные)	55/110
	Компот из апельсинов	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
25 августа		
завтрак	каша манная жидкая	150/200
	чай с молоком	150/180
	бутерброд с маслом сливочным	20/5 30/5
второй завтрак	апельсин	100/100
обед	суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20 250/20
	макаронные изделия с маслом сливочным	120/4 150/5
	гуляш из отварного мяса	60/100
	компот из свежих яблок	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	Салат из свежих огурцов и помидоров	40/60
	омлет	65/85

	напиток из шиповника	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
26 августа		
завтрак	каша вязкая из смеси круп	150/4 200/5
	кофейный напиток с молоком	150/180
	бутерброд с маслом сливочным	20/5 30/5
второй завтрак	Кефир 3,2 %	100/150
обед	борщ с капустой и картофелем	200/250
	сметана 15%	8/10
	картофельное пюре	120/150
	рыба, запеченная с морковью	60/80
	компот из сухофруктов	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
	хлеб ржаной	30/40
уплотненный полдник	салат "Зимний"	40/60
	тефтели мясные	80/80 60/60
	сок	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
27 августа		
завтрак	суп молочный с макаронными изделиями	150/200
	чай с лимоном	150/180
	бутерброд с маслом сливочным	20/5 30/5
второй завтрак	яблоко	100/100
обед	рассольник ленинградский	200/250
	сметана 15%	8/10
	плов из птицы	60/100 80/130
	салат из свежих огурцов и помидоров	40/60
	кисель плодово-ягодный	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	запеканка из творога с морковью	50/100
	повидло	20/25
	Компот из апельсинов	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
30 августа		
завтрак	яйцо вареное	20/40
	макаронны отварные с маслом сливочным	120/4 150/5

	чай с сахаром	150/180
	масло сливочное	5/5
	печенье	24/24
второй завтрак	банан	100/100
обед	суп гороховый с гренками	250/10 200/10
	картофельное пюре	120/150
	рыба, тушенная с овощами	60/80
	компот из сухофруктов	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	суп молочный пшеничный	150/200
	ватрушка с повидлом	35/35
	кофейный напиток с молоком	150/180
	сыр	8/10
	хлеб пшеничный	15/20
31 августа		
завтрак	каша жидкая рисовая	158/210
	какао с молоком	150/180
	бутерброд с маслом	20/5 30/5
	сыр	8/10
второй завтрак	кефир 3,2%	100/150
обед	щи из свежей капусты с картофелем	200/250
	сметана 15%	8/10
	каша рассыпчатая гречневая	120/150
	котлета рубленая	60/80
	Салат из свежих огурцов и помидор	40/60
	компот из свежих яблок	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	сырники из творога	50/100
	молоко сгущенное	20/25
	хлеб пшеничный	15/20
	Сок	150/180