

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

| 11 мая | | |
|----------------------------|--|------------------|
| Прием пищи | Наименование блюда | ясли/сад |
| завтрак | Макароны отварные с м/слив | 120/120 |
| | Чай с лимоном | 150/180 |
| | Печенье | 21/21 |
| | Масло сливочное | 5/5 |
| второй завтрак | яблоко | 85/85 |
| обед | суп гороховый с гречками | 200/10 250/10 |
| | Рис отварной | 100/120 |
| | Рыба, тушенная с овощами | 60/80 |
| | Напиток из сока | 150/180 |
| | хлеб пшеничный | 15/20 |
| | хлеб ржаной | 30/40 |
| уплотненный полдник | Яйцо отварное | 20/40 |
| | сыр | 8/10 |
| | Капуста тушенная | 100/120 |
| | Кофейный напиток | 150/180 |
| | хлеб пшеничный | 15/20 |
| 12 мая | | |
| 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 |
| | сыр | 8/10 |

| | | |
|----------------------------|--|------------------|
| второй завтрак | Йогурт 2,5 % | 150/180 |
| обед | суп с клецками | 200/20 250/20 |
| | голубцы ленивые | 120/160 |
| | соус сметанный | 15/30 |
| | Компот из апельсин | 150/180 |
| | хлеб пшеничный | 15/20 |
| | хлеб ржаной | 30/40 |
| уплотненный полдник | Сырники из творога | 50/100 |
| | Молоко сгущенное | 20/25 |
| | напиток из шиповника | 150/180 |
| | хлеб пшеничный | 15/20 |
| 13 мая | | |
| 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 | банан | 100/100 |
| обед | свекольник | 200/250 |
| | жаркое по-домашнему | 150/175 |
| | компот из сухофруктов | 150/180 |
| | хлеб ржаной | 30/40 |
| | хлеб пшеничный | 15/20 |
| уплотненный полдник | зефир | 20/40 |
| | рыба, запеченная в омлете | 80/120 |
| | напиток из сока | 150/180 |
| | хлеб пшеничный | 15/20 |
| 14 мая | | |
| завтрак | каша жидкая манная | 158/210 |
| | Чай с сахаром | 150/180 |
| | бутерброд с маслом сливочным | 20/5 30/5 |
| | сыр | 8/10 |

| | | |
|----------------------------|--|-----------------|
| 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 свеклы | 40/60 |
| | Компот из апельсинов | 150/180 |
| | хлеб ржаной | 30/40 |
| | хлеб пшеничный | 15/20 |
| уплотненный полдник | пудинг из творога (запеченный) | 50/100 |
| | соус молочный (сладкий) | 15/30 |
| | молоко кипяченое | 150/180 |
| | хлеб пшеничный | 15/20 |
| 17 мая | | |
| завтрак | каша рассыпчатая гречневая со сливочным маслом | 120/160 |
| | яйцо вареное | 20/40 |
| | чай с сахаром | 150/180 |
| | масло сливочное | 5/5 |
| | печенье | 20/20 |
| второй завтрак | апельсин | 100/100 |
| обед | Салат из свежих огурцов и помидоров | 40/60 |
| | суп Крестьянский со сметаной | 200/8 250/10 |
| | картофельное пюре | 120/150 |
| | котлета рыбная любительская | 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 | 160/210 |
| | кофейный напиток с молоком | 150/180 |
| | сыр | 8/10 |

| | | |
|----------------------------|--|------------------|
| | Хлеб пшеничный | 15/20 |
| 18 мая | | |
| 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 |
| 19 мая | | |
| завтрак | каша манная жидкая | 150/200 |
| | чай с молоком | 150/180 |
| | бутерброд с маслом сливочным | 20/5 30/5 |
| второй завтрак | Кефир 3,2 % | 150/180 |
| 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 |

| 20 мая | | |
|----------------------------|--------------------------------------|------------------|
| 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 | банан | 100/100 |
| 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 |
| 21 мая | | |
| завтрак | суп молочный с макаронными изделиями | 150/200 |
| | чай с лимоном | 150/180 |
| | бутерброд с маслом сливочным | 20/5 30/5 |
| | сыр | 8/10 |
| второй завтрак | яблоко | 100/100 |
| обед | рассольник ленинградский | 200/250 |
| | сметана 15% | 8/10 |
| | плов из птицы | 60/100 80/130 |
| | салат из свеклы с солеными огурцами | 40/60 |
| | кисель из повидла | 150/180 |
| | хлеб ржаной | 30/40 |
| | хлеб пшеничный | 15/20 |
| уплотненный полдник | запеканка из творога с морковью | 50/100 |

| | | |
|----------------------------|--------------------------------------|------------------|
| | повидло | 20/25 |
| | Молоко кипяченое | 150/180 |
| | хлеб пшеничный | 15/20 |
| 24 мая | | |
| завтрак | яйцо вареное | 20/40 |
| | макароны отварные с маслом сливочным | 120/4 150/5 |
| | чай с сахаром | 150/180 |
| | масло сливочное | 5/5 |
| | печенье | 18/18 |
| второй завтрак | апельсин | 100/100 |
| обед | суп гороховый с гречками | 200/10 250/10 |
| | 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 | 30/35 |
| | кофейный напиток с молоком | 150/180 |
| | сыр | 8/10 |
| | хлеб пшеничный | 15/20 |
| 25 мая | | |
| 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 помидоров | 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 |
| 26 мая | | |
| 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 | Йогурт 2,5 % | 150/180 |
| обед | суп с клецками | 200/20 250/20 |
| | голубцы ленивые | 120/160 |
| | соус сметанный | 15/30 |
| | Компот из апельсинов | 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 |
| 27 мая | | |
| 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 | банан | 100/100 |
| обед | свекольник | 200/250 |
| | жаркое по-домашнему | 150/175 |

| | | |
|----------------------------|--|----------------|
| | Салат из свежих огурцов и помидоров | 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 |
| | молоко кипяченое | 150/180 |
| | хлеб пшеничный | 15/20 |
| 28 мая | | |
| завтрак | каша жидкая манная | 158/210 |
| | Чай с сахаром | 150/180 |
| | бутерброд с маслом сливочным | 20/5 30/5 |
| | сыр | 8/10 |
| 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 свеклы | 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 апельсин | 150/180 |
| | хлеб пшеничный | 15/20 |
| 31 мая | | |
| завтрак | каша рассыпчатая гречневая со сливочным маслом | 120/160 |
| | яйцо вареное | 20/40 |
| | чай с сахаром | 150/180 |
| | масло сливочное | 5/5 |

| | | |
|----------------------------|--|-----------------|
| | печенье | 18/18 |
| второй завтрак | апельсин | 100/100 |
| обед | Салат из свежих огурцов и помидоров | 40/60 |
| | суп Крестьянский со сметаной | 200/8 250/10 |
| | картофельное пюре | 120/150 |
| | котлета рыбная любительская | 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 | 160/210 |
| | кофейный напиток с молоком | 150/180 |
| | сыр | 8/10 |
| | Хлеб пшеничный | 15/20 |