

**Ежедневное меню на май 2022г.
МБДОУ д/с «Теремок» п. Лев Толстой**

Прием пищи	Наименование блюда	ясли/сад
04 мая		
завтрак	яйцо вареное	40/40
	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 гренками	250/10 200/10
	каша рассыпчатая гречневая	120/150
	рыба, тушенная с овощами	60/80
	компот из сухофруктов	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	капуста тушеная	100/120
	ватрушка с повидлом	35/35
	кофейный напиток	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
05 мая		
завтрак	каша жидкая рисовая	158/210
	какао с молоком	150/180
	бутерброд с маслом сливочным	20/5 30/5
второй завтрак	кефир 3,2%	100/150
обед	щи из свежей капусты с картофелем	200/250
	сметана 15%	8/10
	Картофельное пюре	120/150
	Котлета рыбная	60/80
	компот из свежих яблок	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	Салат из свежих помидор с луком	40/60

	Омлет натуральный	65/85
	Напиток из шиповника	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
06 мая		
завтрак	каша жидкая манная	158/210
	Чай с сахаром	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 огурцов	40/60
	компот из апельсинов	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	пудинг из творога (запеченный)	50/100
	повидло	15/20
	сок	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
11 мая		
завтрак	каша рассыпчатая гречневая со сливочным маслом	120/160
	яйцо вареное	40/40
	чай с сахаром	150/180
	масло сливочное	5/5
	печенье	24/24
второй завтрак	банан	100/100
обед	суп картофельный с пшеном	200/250
	макаронные изделия с маслом сливочным	120/4 150/5
	рыба, запеченная с морковью	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	150/5 200/5

	кофейный напиток	150/180
	Хлеб пшеничный	15/20
12 мая		
завтрак	каша вязкая пшенная	158/210
	какао с молоком	150/180
	бутерброд с маслом сливочным	20/5 30/5
второй завтрак	йогурт 2,5 %	100/150
обед	суп рыбный с консервами	200/250
	рагу из овощей	105/155
	котлета рыбная	60/80
	Компот из яблок	150/180
	хлеб ржаной	30/40
	хлеб пшеничный	15/20
уплотненный полдник	зефир	27/27
	омлет	65/85
	компот из шиповника	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
13 мая		
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	Щи из свежей капусты с картофелем	200/250
	сметана 15%	8/10
	плов из птицы	60/100 80/130
	салат из свежих огурцов и помидор	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
	сок	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
16 мая		

завтрак	яйцо вареное	40/40
	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 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
	хлеб пшеничный	15/20
17 мая		
завтрак	каша жидкая рисовая	158/210
	какао с молоком	150/180
	бутерброд с сыром и маслом сливочным	20/5/8 30/5/10
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 помидоров с луком	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
	сок	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
18 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	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
	рыба, запеченная в омлете	80/120
	напиток из шиповника	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
19 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	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 мая		
завтрак	каша жидкая манная	158/210
	Чай с сахаром	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 огурцов и помидоров	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 мая		
завтрак	каша рассыпчатая гречневая со сливочным маслом	120/160
	яйцо вареное	40/40
	чай с сахаром	150/180
	масло сливочное	5/5
	печенье	24/24
второй завтрак	банан	100/100
обед	суп Крестьянский со сметаной	200/8 250/10
	картофельное пюре	120/150
	котлета рыбная любительская	60/80
	Салат из свежих огурцов и помидоров	40/60
	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	150/5 200/5
	кофейный напиток с молоком	150/180
	Хлеб пшеничный	15/20
24 мая		
завтрак	каша вязкая пшенная	158/210
	какао с молоком	150/180

	бутерброд с маслом сливочным и сыром	20/5/8 30/5/10
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 апельсин	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
25 мая		
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	15/2003
26 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	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	тефтели мясные с соусом	80/80
	салат из картофеля с зеленым горошком	60/60
	сок	40/60
	хлеб пшеничный	150/180
	хлеб пшеничный	15/20
27 мая		
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 мая		
завтрак	яйцо вареное	40/40
	макаронные 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
	хлеб пшеничный	15/20
31 мая		
завтрак	каша жидкая рисовая	158/210
	какао с молоком	150/180
	бутерброд с сыром и маслом сливочным	20/5/8 30/5/10
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 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
	сок	150/180
	хлеб пшеничный	15/20