



**Примерное 10- дневное цикличное меню
БДОУ г. Омска « Центр развития ребенка – детский сад № 394»**

Неделя: первая					
	1 день понедельник	2 день вторник	3 день среда	4 день четверг	5 день пятница
завтрак	Каша манная молочная 150/200	Запеканка из творога 120/150, сгущенное молоко 20/30	Каша молочная "Дружба" 150/200	Омлет натуральный с сыром 100\120, кукуруза консервированная 35/35	Каша молочная овсянная из "Геркулеса" 150/200
	Кофейный напиток с молоком 180/200	Кофейный напиток с молоком 180/200	Какао на молоке 180/200	Кофейный напиток с молоком 180/200	Кофейный напиток с молоком 180/200
	Бутерброд с маслом 30\8\35\10	Бутерброд с маслом и сыром 30\10\8\35\20\10	Бутерброд с маслом 30\8\35\10	Бутерброд с маслом 30\8\35\10	Бутерброд с маслом 30\8\35\10
II завтрак	сок фруктовый 200/200	фрукт 222/230	сок фруктовый 200/200		сок фруктовый 200/200
обед	Суп картофельный с рыбными консервами 150/200	Огурец соленый 30\50	Суп картофельный с клецками 150/200	Рассольник "Ленинградский" 150/200	Салат из свеклы с сыром 30\50
		Свекольник 150\200			Борщ с фасолью и картофелем 150\200
	Жаркое по - домашнему 180/220	Плов из отварной говядины 150/180	Суфле куриное 70/80	Рыба тушеная с овощами 80/90	Шницель мясной 60/80, соус томатный 30/40
			Капуста тушеная 110\130	Картофельное пюре 120/150	Пюре из гороха с маслом 100\120
	Компот из с/фруктов с витамином С 150/180	Компот из кураги с витамином С 150/180	Компот из изюма с витамином С 150/180	Компот из с/фруктов с витамином С 150/180	Кисель из ягод свежемороженны х с витамином С 150/180
Хлеб урожайный 40/50	Хлеб урожайный 40/50	Хлеб урожайный 40/50	Хлеб урожайный 40/50	Хлеб урожайный 40/50	
полдник	Кондитерские изделия 50/80	Крендель сахарный 60/80	Пирожок с яблоками 60/80	Гренка молочная 50/80	Ватрушка с повидлом 60\80
	Чай с молоком 180\200	Напиток из ягод свежемороженных 150/180	Кисломолочный напиток 150/170	Напиток из ягод свежемороженных 150/180	Кисломолочный напиток 150/170
ужин	Макароны отварные с маслом 100/110, печень по - Строгановски 100\130	Суп молочный гречневый 200/220	Винегрет овощной 110\120, тефтеля рыбная 60\70, соус томатный 30\40	Ленивые вареники с маслом 100/120 , фрукт 151/154	Картофель тушеный с овощами 200\220
	Чай с лимоном 180/200		Чай с сахаром 180/200	Чай с сахаром 180/200	
	Хлеб пшеничный 20/30	Хлеб пшеничный 20/30	Хлеб пшеничный 20/30	Хлеб пшеничный 20/30	Хлеб пшеничный 20/30