**Утверждаю:** заведующий

МАДОУ «Детский сад № 71» г. Перми

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.А.Леуш

**Примерное двадцатидневное меню МАДОУ «Детского сада № 71» г. Перми**

для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет*(осень -зима)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дни** | **1 день** | **Выход в гр.** | **2 день** | **Выход в гр.** | **3 день** | **Выход в гр.** | **4 день** | **Выход в гр.** | **5 день** | **Выход в гр.** |
| **Завтрак** | Каша маннаяКофейный напиток с молоком Бутерброд с повидлом | 15015025/10 | Каша пшеннаяКофейный напиток на сг. молокеБутерброд с маслом | 15015025/5 | Каша ячневаяНапиток из клюквыХлебсо сг. молоком | 15015025/10 | Каша геркулесоваяКукуруза консервированная порцКакаоБутерброд с повидлом | 1503015025/10 | Суп молочной с рисомКофейный напиток с молоком Бутерброд с сыром | 15015025/8 |
| **2-ой завтрак** | Сок  | 100 | Сок  | 100 | Сок  | 100 | Сок | 150 | Сок  | 100 |
| **Обед** | Салат из свеклы с сыромСуп крестьянскийФрикадельки из говядиныВермишель отварнаяНапиток витаминныйХлеб ржаной | 401507015015040 | Салат из квашенойкапусты с яблокомСуп с крупойРыба запеченная в омлетеКартофельное пюреКомпот из яблокХлеб ржаной | 401507015015040 | Суп вермишелевыйСуфле куриноеКапуста тушенная Напиток из шиповникаХлеб ржаной 42,4 | 1507015015040 | Салат из квашеной капусты с лукомСвекольникПечень по-строгановскиКартофельное пюре Компот из апельсина и яблокХлеб ржаной | 401505015015040 | Салат из свеклы и яблокаСуп с клецкамиКотлета куринаяКартофельное пюре с морковьюКомпот из с/фруктовХлеб ржаной | 4015015015040 |
| **Полдник** | ВафлиКефирГруша  | 20150100 | Шаньга наливнаяЙогурт | 70150 | Гренки с сыромРяженкаЯблоко 18,3 | 40/10150100 | Ватрушка с творогомКефир | 70150 | ПряникЙогуртБанан  18,5 | 40150100 |
| **Ужин** | Яйцо вар. 1/2Овощное рагуЧай с сахаромХлеб пшеничный | 2015015030 | Морковная котлета с киселемЧай с молокомХлеб пшеничный  | 150/4015030 | Пудинг из творога паровойКисель из курагиХлеб пшеничный | 15015030 | Овощной пудинг с молочным соусомЧай с сахаромХлеб пшеничный | 150/4015030 | Салат овощной с зеленым горошкомХлебцы рыбные паровыеЧай с лимономХлеб пшеничный | 1507015030 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дни** | **6 день** | **Выход в гр.** | **7 день** | **Выход в гр.** | **8 день** | **Выход в гр.** | **9 день** | **Выход в гр.** | **10 день** | **Выход в гр.** |
| **Завтрак** | Макаронные изд. с кабачковой икройБутерброд с сыромКофейный напиток с молоком | 1503525/8150 | Каша пшеничнаяКукуруза консервированная порцКофейный напиток со сгущенным молокомБутерброд с маслом | 1503015025/5 | Каша ДружбаЧай с молокомБатон с сыром | 15015025/8 | Каша кукурузнаяКакаоБатон с сгущ.молоком | 15015025/10 | Суп молочный вермишелевыйКофейный напиток с молокомБутерброд с повидлом | 15015025/10 |
| **2-ой завтрак** | Сок  | 100 | Сок  | 100 | Сок | 150 | Сок  | 100 | Сок  | 100 |
| **Обед** | Салат из свеклы с чеснокомСуп овощнойГуляш из говядиныРис припущенныйКисель из клюквыХлеб ржаной | 401507015015050 | БорщРулет из говядины с яйцом (паровой)Капуста тушенаяНапиток из шиповникаХлеб ржаной | 1507515015050 | Салат из кв. капусты с лукомСуп - лапша домашняяШницель куриныйКартофельное пюре с морковьюКисель из курагиХлеб ржаной | 401507015015050 | Салат из морковиЩи из свежей капусты Тефтели из говядиныКартофельное пюреНапиток витаминный Хлеб ржаной | 4015010015015050 | Рассольник ЛенинградскийКнели из курКапуста тушеная с морковьюСокХлеб ржаной | 1507015015050 |
| **Полдник** | ПеченьеРяженкаЯблоко | 20150100 | Булочка ДомашняяКефир  | 70150 | ВафлиЙогуртАпельсин 19,8 | 20150100 | Булочка нежнаяРяженка  | 80150 | ПряникКефирБанан | 40150100 |
| **Ужин** | Котлета картофельная с молочным соусомОвощи сол.порцЧай с лимономХлеб пшеничный 37,04 | 150/404015030 | Овощи сол. порцРыбные тефтелиКартофельное пюреЧай с сахаромХлеб пшеничный  | 407015015030 | Сырники из творога с повидломНапиток из клюквыХлеб пшеничный | 150/2515030 | Яйцо вареное ½Винегрет с кв. капустойЧай с лимономХлеб пшеничный | 2015015030 | Суфле рыбное Свекла тушеная в молочном соусеЧай с сахаромХлеб пшеничный | 8015015030 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дни** | **11 день** | **Выход в гр.** | **12 день** | **Выход в гр.** | **13 день** | **Выход в гр.** | **14 день** | **Выход в гр.** | **15 день** | **Выход в гр.** |
| **Завтрак** | Плов бухарскийБутерброд с сыромКофейный напиток с молоком | 15025/8150 | Макароны отварные с овощами и кабачковой икройБатонсо сг. молокомКакао | 1504525/10150 | Каша ячневаяКофейный напиток со сг.молокомБутерброд с повидлом | 15015025/10 | Суп молочный гречневыйКофейный напиток с молоком Бутерброд с сыром | 15015025/8 | Лапшевник с творогомКисель из кураги Батонссг. молоком | 15015025/10 |
| **2-ой завтрак** | Сок  | 100 | Сок  | 100 | Сок  | 100 | Сок  | 100 | Сок  | 100 |
| **Обед** | Салат из кв. капусты Суп – пюре из разных овощейБефстроганов из отв. говядиныКаша гречневая рассыпчатаяКисель из клюквыХлеб ржаной 45,8 | 401507015015040 | Свекольник со сметанойКнели из говядиныКапуста тушенаяКомпот из сух/фрХлеб ржаной 32,2 | 1507015015040 | Салат витаминныйРассольник ДомашнийПечень тушеная в томатно-сметанном соусеКартофель отварной Компот изапельсинХлеб ржаной | 401507015015040 | Салат из свеклы с чеснокомСуп крестьянскийОмлет с мясомСокХлеб ржаной 43,8 | 4015015015040 | Салат из кв. капустыСуп с клецкамиКартофельная запеканка с мясомСоус молочныйНапиток витаминныйХлеб ржаной | 401501503515040 |
| **Полдник** | ВафлиЙогуртЯблоко  | 20150100 | Булочка дорожнаяРяженка 20,0 | 70150 | Гренки с сыромКефирГруша  | 25/8150100 | Шаньга картофельнаяЙогурт | 70150 | ПряникРяженка Апельсин  | 40150100 |
| **Ужин** | Овощи сол.порцКартофельныезразы с овощамиСоус молочныйЧай с сахаромХлеб пшеничный | 401503515030 | Котлета рыбная любительскаяКартофельное пюреЧай с лимономХлеб пшеничный  | 7015015030 | Суфле творожное с киселемЧай с сахаромХлеб пшеничный | 150/4015030 | Овощи тушеные в молочном соусеЧай с молокомХлеб пшеничный | 150/4015030 | Фрикадельки рыбныеСалат овощной с соленым огурцомЧай с сахаромХлеб пшеничный | 7015015030 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дни** | **16 день** | **Выход в гр.** | **17 день** | **Выход в гр.** | **18 день** | **Выход в гр.** | **19 день** | **Выход в гр.** | **20 день** | **Выход в гр.** |
| **Завтрак** | Каша пшеничнаяКофейный напитокс молокомБутерброд с сыром  | 15015025/8 | Каша геркулесоваяКофейный напиток со сг. молокомБутерброд с повидлом | 15015025/10 | Каша ДружбаБутерброд с масломЧай с молоком  | 15025/5150 | Каша кукурузная Кофейный напиток с молокомБутерброд с сыром | 15015025/8 | Суп молочный вермишелевыйКакао Бутерброд со сг. молоком | 15015025/10 |
| **2-ой завтрак** | Сок  | 100 | Сок  | 100 | Сок  | 100 | Сок  | 100 | Сок  | 100 |
| **Обед** | Салат из кв. капусты с лукомЩиПлов из отварной говядиныКисель из курагиХлеб ржаной | 4015015015040 | Салат из свеклы с сыром с чеснокомСуп гороховыйРыба отварная с соусом по-польскиКартофельное пюреКомпот из с/фрХлеб ржаной 30,1 | 4015070/4015015040 | Салат из св. капусты с яблокомСуп–лапша домашняяТефтели из говядины с рисом (ёжики)Картофельное пюре с морковьюСокХлеб ржаной | 401507015015040 | Борщ с картофелем и фасольюКотлета из говядиныКапуста тушеная с морковьюКомпот из яблок и апельсинХлеб ржаной 39,9 | 1507015015040 | Салат картофельный с кукурузой и морковьюСуп овощнойПудинг из говядиныСвекла тушеная в молочном соусеНапиток витаминныйХлеб ржаной | 401507015015040 |
| **Полдник** | ВафлиКефирЯблоко  | 20150100 | Пирожок с капустойЙогурт | 80150 | ПеченьеРяженкаГруша 19,8 | 20150100 | Булочка ДомашняяКефир | 80150 | ПряникЙогуртАпельсин  | 40150100 |
| **Ужин** | Кукуруза консерв. порц.Суфле картофельно-морковноеЧай с сахаромХлеб пшеничный 29,2 | 4015015030 | ВинегретЯйцо вареное 1/2Чай с лимономХлеб пшеничный 32,8 | 1502015030 | Творожная запеканкаскиселемНапиток из клюквыХлеб пшеничный | 150/4015030 | Овощи сол. порционноРыба тушеная с овощамиКартофельное пюреЧай с сахаромХлеб пшеничный | 4012015015030 | Сельдь с луком Картофель отварнойЧай с лимономХлеб пшеничный | 6015015030 |