

Утверждаю:
Заведующий
МБДОУ «ДС № 421 г. Челябинска»
Т.Н. Герасимова



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛЕВАЕМЫХ БЛЮД

01.12.23 - 31.12.23

Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница		
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
.Каша ячневая молочная вязкая	200	99*	.Каша манная молочная жидкая	200	90*	.Каша пшеничная молочная жидкая	200	96*	.Каша пшеничная молочная	200	91*	.Каша гречневая вязкая на	200	86*
.Кофейный напиток с молоком	180	253*	.Кофейный напиток с молоком	180	253*	.Какао с молоком	180	248*	жидкая			молоке		
.Батон с маслом	50/6	387*	.Батон с маслом и сыром	50/6/1	337*	.Батон с маслом	50/6	387*	.Кофейный напиток с молоком	180	253*	.Кофейный напиток с молоком	180	253*
.Яйцо отварное	20	336				.Яйцо отварное	20	336	.Батон с маслом и сыром	50/6/1	337*	.Батон с повидлом	50/9	348*
10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ		
.Кефир	150	251*	.Печенье разное	15		.Вафли	20		.Соки овощные, фруктовые и	150	418*	.Яблоки	120	336*
.Вафли	20		.Снежок	150		.Кефир	150		ягодные					
									.Печенье разное	15				
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
.Салат из свежих помидоров	60	18*	.Салат из белокочанной капусты	50	333*	.Икра свекольная	60	Н4*	.Икра кабачковая порционная	60	328*	.Салат Пикантный	60	Н112*
.Суп со сметаной	200	27*	.Рассольник ленинградский со	200	0	.Суп овощной с фасолью со	200	397*	.Суп полевой со сметаной	200	370*	.Суп картофельный с зел.	200	36*
.Куляш из свинины	80	152*	сметаной			сметаной			.Азу по-татарски с говядиной	200	362*	горошком со сметаной		
.Макароны	110	194	.Котлета из свинины	70	282*	.Плов из отварной птицы	220	180*	и картофелем			.Голубцы ленивые с мясом	140	150
.Компот из сухофруктов	180	239	.Рагу из овощей	150	77*	.Компот из смеси сухофруктов	180	241*	.Компот из свежих яблок	180	240*	.Напиток из шиповника	180	256*
.Хлеб ржаной	50		.Компот из замороженных ягод	180	393*	.Хлеб ржаной	50	338*	.Хлеб ржаной	50	338*	.Хлеб ржаной	50	338*
			.Хлеб ржаной	50	338*									
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
.Соки овощные, фруктовые и	150	418*	.Яблоки	120	336*	.Соки овощные, фруктовые и	150	418*	.Яблоки	120	336*	.Соки овощные, фруктовые и	150	418*
ягодные						ягодные						ягодные		
.Булочка с повидлом *	80	289				.Булочка сдобная	60	274						
УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН		
.Запеканка из творога	150/25	117*	.Суфле из рыбы	70	359*	.Суфле из печени	70	360*	.Сырники из творога, запеченные	150/25	130*	.Рыба, тушеная в томате с	200	406*
.Чай с сахаром	180	263*	.Пюре морковное	150	213*	.Макароны	110	194	.Чай с сахаром	180	263*	овощами		
.Хлеб пшеничный	30		.Чай с сахаром	180	263*	.Чай с лимоном	180	374*	.Хлеб пшеничный	30		.Чай с сахаром	180	263*
			.Хлеб пшеничный	22		.Хлеб пшеничный	30					.Хлеб пшеничный	30	

01.12.23 - 31.12.23

Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница		
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Суп молочный с крупой (рисом)	200	43*	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	200	93*	Запеканка из творога	150/25	117*	Каша "Дружба"	200	84*	Каша манная молочная жидкая	200	90*
Какао с молоком	180	248*	Кофейный напиток с молоком	180	253*	Какао с молоком	180	248*	Кофейный напиток с молоком	180	253*	Какао с молоком	180	248*
Батон с маслом	50/6	387*	Батон с маслом и сыром	50/6/1	337*	Батон с маслом	50/6	387*	Батон с маслом и сыром	50/6/1	337*	Батон с маслом	50/6	387*
Яйцо отварное	20	336				Яйцо отварное	20	336				Яйцо отварное	20	336
10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ		
Вафли	20		Кефир	150	251*	Вафли	20		Кефир	150	251*	Снежок	150	
Снежок	150		Печенье разное	15		Снежок	150		Печенье разное	20				
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Огурец свежий порционный	60	329*	Помидор свежий порционный	60	1.3*	Салат Витаминный	60	2*	Кукуруза сладкая	60	Н2*	Салат из свеклы с черносливом	60	334*
Щи с капустой и картоф.со смет.	200	56*	Суп картофельный с бобовыми	200	87*	Свекольник со сметаной	200	34*	Суп картофельный с клецками	200	37*	Рассольник домашний со сметаной	200	32*
Печень говяжья	110	162*	Котлета из свинины	70	282*	Жаркое по-домашнему с мясом	200	153*	Суфле из кур	70	183*	Котлета из свинины	70	282*
по-строгановски			Капуста тушеная	150	200*	Компот из сухофруктов	180	239*	Рагу из овощей	150	77*	Котлета из свинины	70	282*
Картофельное пюре.	150	206	Кисель	180	233	Хлеб ржаной	50	338*	Компот из замороженных ягод	180	393*	Картофельное пюре.	150	206
Компот из сухофруктов	180	239	Хлеб ржаной	50	338*				Хлеб ржаной	50	338*	Компот из смеси сухофруктов	180	241*
Хлеб ржаной	50	338*										Хлеб ржаной	50	338*
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	418*	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	418*	Апельсины	120		Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	418*	Булочка сдобная	60	274*
Булочка "Нежная"	60	270*	Коржик молочный	60	279*				Булочка "Российская"	60	276*	Сок	150	
УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН		
Макароны, запеченные с яйцом	205	222*	Винегрет овощной	60	1*	Котлеты рыбные	70	134*	Суп молочный с макаронными изделиями	200	44*	Пудинг из творога запеченный	150	128*
Чай с сахаром	180	263*	Омлет натуральный	150	110*	Пюре морковное	150	213*	Чай с сахаром	180	263*	Повидло	25	
Хлеб пшеничный	30		Чай с лимоном	180	374*	Чай с сахаром	180	263*	Чай с сахаром	180	263*	Чай с сахаром	180	263*
			Хлеб пшеничный	22		Хлеб пшеничный	22		Хлеб пшеничный	30		Хлеб пшеничный	22	

01.12.23 - 31.12.23

Понедельник	Вых.	Карта	Вторник	Вых.	Карта	Среда	Вых.	Карта	Четверг	Вых.	Карта	Пятница	Вых.	Карта
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша пшенная молочная жидкая	200	96*	.Омлет натуральный	150	110*	.Каша пшеничная молочная	200	91*	.Каша ячневая молочная вязкая	200	99*	.Каша "Здоровье"	200	390*
Кофейный напиток с молоком	180	253*	.Кофейный напиток с молоком	180	253*	жидкая			.Кофейный напиток с молоком	180	253*	.Какао с молоком	180	248*
Батон с маслом и сыром	50/6/1	337*	.Батон с маслом и сыром	50/6/1	337*	.Какао с молоком	180	248*	.Батон с маслом и сыром	50/6/1	337*	.Батон с маслом	50/6	387*
						.Батон с повидлом	50/9	348*				Яйцо отварное	20	336
10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ		
Печенье разное	15		Снежок	150		.Соки овощные, фруктовые и	150	418*	.Яблоки	120	336*	Печенье разное	15	
Зефир	150		Вафли	20		ягодные						Снежок	150	
						Печенье разное	15							
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Салат из свежих помидоров	60	18*	.Салат из свежей капусты с	60	416*	.Икра морковная	60	Н1*	.Огурец свежий порционный	60	329*	.Кукуруза сладкая	60	Н2*
Щи по-уральски с геркулесом	200	78*	огурцом			.Суп с рисовой крупой со	200	371*	.Суп овощной с фасолью со	200	397*	.Суп -лапша домашняя	200	47*
Фрикадельки мясные в соусе	80/80	305*	.Борщ Сибирский	200	Н13*	сметаной			сметаной			.Котлеты, биточки, шницели	70	178*
Макароны	110	194	.Азу по-татарски со	200	362*	.Бигус со свининой	200	402*	.Гуляш из свинины	80	152*	куриные		
Напиток из шиповника	180	256*	свининой и картофелем			Компот из сухофруктов	180	239	Каша гречневая рассыпчатая *	130	0	.Капуста тушеная	130	200*
Хлеб ржаной	50	338*	.Кисель	180	233	.Хлеб ржаной	50	338*	.Компот из свежих яблок	180	240*	Компот из сухофруктов	180	239
			.Хлеб ржаной	50	338*				.Хлеб ржаной	50	338*	.Хлеб ржаной	50	338*
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Яблоки	150		.Соки овощные, фруктовые и	150	418*	.Яблоки	120	336*	.Соки овощные, фруктовые и	150	418*	.Яблоки	120	336*
			ягодные						ягодные					
			.Шанежка наливная с яйцом	60	295*				.Булочка "Российская"	60	276*			
УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН		
Котлеты рыбные	70	134*	.Суфле из печени	70	360*	.Картофель тушеный с луком и	200	382*	.Пудинг из творога запеченный	150	128*	.Рыба, запеченная в омлете	160	138*
Овощи тушеные	150	393*	.Икра морковная	60	Н1*	помидорами			.Чай с лимоном	180	374*	.Чай с сахаром	180	263*
Чай с сахаром	180	263*	.Чай с сахаром	180	263*	.Полоска песочная с повидлом	25	487*	Хлеб пшеничный	30		Хлеб пшеничный	20	
Хлеб пшеничный	15		Хлеб пшеничный	30		.Чай с лимоном	180	374*						
						Хлеб пшеничный	30							

Понедельник	Вых.	Карта	Вторник	Вых.	Карта	Среда	Вых.	Карта	Четверг	Вых.	Карта	Пятница	Вых.	Карта
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
.Каша манная молочная жидкая	200	90*	.Запеканка из творога	150	117*	.Каша рисовая молочная жидкая	200	98*	.Запеканка из творога	150	117*	Каша 5-ть злак.молочная *	200	0
.Какао с молоком	180	248*	.Повидло	25		.Кофейный напиток с молоком	180	253*	.Молоко сгущ.	25		.Кофейный напиток с молоком	180	253*
.Батон с маслом и сыром	50/6/1	337*	.Кофейный напиток с молоком	180	253*	.Батон с маслом и сыром	50/6/1	337*	.Какао с молоком	180	248*	.Батон с маслом и сыром	50/6/1	337*
			.Батон с маслом и сыром	50/6/1	337*				.Батон с маслом	50/6	387*			
									.Яйцо отварное	20	336			
10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ		
.Кефир	150	251*	.Печенье разное	15		.Вафли	20		.Снежок	150		.Яблоки	120	336*
.Вафли	20		.Снежок	150		.Кефир	150		.Печенье разное	15				
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
.Салат Витаминный	60	2*	.Салат из свеклы и яблок	60	326*	.Помидор свежий порционный	60	1.3*	.Салат из свежей капусты с	60	4*	.Салат из свежих огурцов	60	15*
.Борщ со сметаной	200	27*	.Суп картофельный с рыбой	200	369*	.Щи с капустой и картоф.со	200	56*	.морковью			.Свекольник со сметаной	200	34*
.Гуляш из говядины	80	152*	.консервированной			.смет.			.Суп полевой со сметаной	200	370*	.Котлета из свинины	70	282*
.Рис отварной рассыпчатый	150	191	.Суфле из печени	70/5	360*	.Гуляш из говядины	80	152*	.Азу по-татарски с	200	362*	.Горошница	154	356*
.Напиток из шиповника	180	256*	.Сложный гарнир	130	395*	.Картофельное пюре.	150	206	.курицей,картоф.			.Кисель	180	233
.Хлеб ржаной	50	338*	.Компот из смеси сухофруктов	180	241*	.Компот из замороженных ягод	180	393*	.Компот из сухофруктов	180	239	.Хлеб ржаной	50	338*
			.Хлеб ржаной	50	338*	.Хлеб ржаной	50	338*	.Хлеб ржаной	50	338*			
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
.Яблоки	150		.Яблоки	120	336*	.Соки овощные, фруктовые и	150	418*	.Апельсины	120		.Соки овощные, фруктовые и	150	418*
						.ягодные						.ягодные		
												.Шанежка с картофелем	60	296*
УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН		
.Суфле из рыбы	70	359*	.Салат Столичный	180	Н12*	.Рыба, запеченная в омлете	160	138*	.Гуляш из печени	80	152*	.Омлет натуральный	150	110*
.Картофельное пюре.	150	206	.Булочка "Домашняя"	60	274*	.Чай с сахаром	180	263*	.Макароны	110	194	.Чай с сахаром	180	263*
.Чай с сахаром	180	263*	.Чай с лимоном	180	374*	.Хлеб пшеничный	30		.Чай с сахаром	180	263*	.Хлеб пшеничный	22	
.Хлеб пшеничный	30		.Хлеб пшеничный	30					.Хлеб пшеничный	30				

5 неделя

5 неделя

[illegible]