|  |  |
| --- | --- |
| Утверждаю Заведующий МБДОУ «Детский сад №6 г. Калининска Саратовской обл.»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.М.Малашина**\_\_\_\_\_\_\_\_2023г Понедельник****Завтрак:** Каша пшенная молочная 150/180 Печенье 10/20Чай с сахаром 150/180 **II Завтрак**Кофейный напиток на сгущенном молоке 100**Обед:**Овощи свежие (01.09-01.03)Овощи варёные(01.03-31.08) 1е блюдо – Борщ на мясном бульоне со сметаной 150/180 2е блюдо – Плов из говядины 110/130 3е блюдо - Компот из сухофруктов + Вит «С»150/180  Хлеб 50 **Уплотненный полдник:**  Омлет натуральный 130/150 Бутерброд с сыром 30/10 Кисель 180 **Рекомендуемый ужин дома**Рыба отварная | Утверждаю Заведующий МБДОУ «Детский сад №6 г. Калининска Саратовской обл.»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.М.Малашина**\_\_\_\_\_\_\_\_2023г. Вторник****Завтрак:**Каша молочная «ДРУЖБА» 150/180Бутерброд с маслом 30/9Кофейный напиток 150/180**II Завтрак**Какао напиток на молоке 100**Обед:** Овощи свежие (01.09-01.03)Овощи варёные(01.03-31.08) 1е блюдо –Суп картофельный на м/б 150/180 2е блюдо – Бобовые отварные 110/130Гуляш из отварного мяса 50/603е блюдо – Компот из сухофруктов + Вит «С»150/180 Хлеб 50 **Уплотненный полдник:**  Вареники ленивые (с творогом ) со сметанным соусом 130/15 ; 150/30Чай с сахаром 150/180**Рекомендуемый ужин дома**Курица отварная |
| Утверждаю Заведующий МБДОУ «Детский сад №6 г. Калининска Саратовской обл.»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.М.Малашина**\_\_\_\_\_\_\_\_2023г Среда****Завтрак:**Каша манная 150/180Бутерброд с маслом 30/9Чай с сахаром 150/180**II Завтрак**Ряженка 100**Обед:** Овощи свежие (01.09-01.03)Овощи варёные(01.03-31.08)1е блюдо – Суп вермишелевый на к/б 150/180 2е блюдо –Каша гречневая рассыпчатая 110/130Тефтеля мясная с томатным соусом 603е блюдо – Компот из сухофруктов+Вит «С» 150/180 Хлеб 50 **Уплотненный полдник:**  Пирожки печеные с повидлом 150Молоко кипяченое 150/180**Рекомендуемый ужин дома**Ватрушка с творогом | Утверждаю Заведующий МБДОУ «Детский сад №6 г. Калининска Саратовской обл.»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.М.Малашина**\_\_\_\_\_\_\_\_2023г Четверг****Завтрак:**Суп молочный с макаронными изделиями 150/180Бутерброд с повидлом 30/9Чай с сахаром 150/180**II Завтрак**Сок 100**Обед:** Овощи свежие (01.09-01.03)Овощи варёные(01.03-31.08) 1е блюдо – Щи со сметаной на говяжьем бульоне 150/180 2е блюдо –Запеканка рисовая с отварным мясом 110/130 3е блюдо – Компот из сухофруктов+Вит «С» 150/180 Хлеб 50 **Уплотненный полдник:**  Биточки манные с повидлом130/15 150/30Чай с сахаром 150/180**Рекомендуемый ужин дома**Рыба запеченная |

|  |  |
| --- | --- |
| Утверждаю Заведующий МБДОУ «Детский сад №6 г. Калининска Саратовской обл.»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.М.Малашина**\_\_\_\_\_\_\_\_2023г Пятница****Завтрак:**Каша рисовая молочная 150/180Бутерброд с сыром 30/10Чай с сахаром 150/180**II Завтрак**Сок 100**Обед:**Овощи свежие (01.09-01.03)Овощи варёные(01.03-31.08) 1е блюдо – Суп рыбный 150/180 2е блюдо –Жаркое по-домашнему 110/130 3е блюдо – Компот из сухофруктов+Вит «С» 150/180 Хлеб 50 **Уплотненный полдник:**  Лапшевник с творогом 130/150Какао-напиток на молоке 150/180**Рекомендуемый ужин дома**Омлет |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Утверждаю Заведующий МБДОУ «Детский сад №6 г. Калининска Саратовской обл.»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.М.Малашина**\_\_\_\_\_\_\_\_2023г Понедельник****Завтрак:**Каша рисовая рассыпчатая с изюмом 150/180Бутерброд с сыром 30/10Чай с сахаром 150/180**II Завтрак**Кофейный напиток с молоком сгущенным 100**Обед:**Овощи свежие (01.09-01.03)Овощи варёные(01.03-31.08) 1е блюдо – Суп свекольный на мясном бульоне со сметаной 150/180 2е блюдо –Макаронник с отварной говядиной 110/130 3е блюдо –Компот из сухофруктов+Вит «С» 150/180 Хлеб 50**Уплотненный полдник:**Каша пшеничная молочная жидкая 150Кисель 200 Печенье 10/20**Рекомендуемый ужин дома**Шарлотка | Утверждаю Заведующий МБДОУ «Детский сад №6 г. Калининска Саратовской обл.»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.М.Малашина**\_\_\_\_\_\_\_\_2023г Вторник****Завтрак:**Каша гречневая молочная 150/180Бутерброд с маслом 30/9Чай с сахаром 150/180**II Завтрак**Какао напиток на молоке 100**Обед:**Овощи свежие (01.09-01.03)Овощи варёные(01.03-31.08)1е блюдо – Щи на говяжьем бульоне со сметаной 150/1802е блюдо – Плов с говядиной 130/150 3е блюдо – Компот из сухофруктов+Вит «С» 150/180 Хлеб 50 **Уплотненный полдник:** Оладьи из творога 130/150 Чай с сахаром 150/180**Рекомендуемый ужин дома**Омлет  |
| Утверждаю Заведующий МБДОУ «Детский сад №6 г. Калининска Саратовской обл.»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.М.Малашина **\_\_\_\_\_\_\_\_2023г Среда****Завтрак:**Каша пшенная молочная жидкая 150/180Бутерброд с сыром 30/10Чай с сахаром 150/180**II Завтрак**Ряженка 100**Обед:**Овощи свежие (01.09-01.03)Овощи варёные(01.03-31.08) 1е блюдо – Суп с рыбными консервами 150/180 2е блюдо –Каша гречнева рассыпчатая 110/130 Гуляш из отварного мяса 60/703е блюдо – Компот из сухофруктов+Вит «С» 150/180 Хлеб 50 **Уплотненный полдник:**  Вареники с картофельным фаршем 130/150Молоко кипяченое 150/180**Рекомендуемый ужин дома**Курица отварная | Утверждаю Заведующий МБДОУ «Детский сад №6 г. Калининска Саратовской обл.»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.М.Малашина**\_\_\_\_\_\_\_\_2023г Четверг****Завтрак:** Суп молочный с макаронными изделиями 150/180Бутерброд с маслом 30/9Чай с сахаром 150/180**II Завтрак**Кофейный напиток с молоком сгущенным 100**Обед:** Овощи свежие (01.09-01.03)Овощи варёные(01.03-31.08)1е блюдо – Суп гороховый с гренками на м/б 150/180  2е блюдо – Картофель отварной 110/130 Рыба тушеная в томате с овощами 50/703е блюдо – Компот из сухофруктов+Вит «С» 150/180 Хлеб 50 **Уплотненный полдник:**  Омлет с рисом 110/130Чай с сахаром 150/180**Рекомендуемый ужин дома**Овощное рагу |

|  |  |
| --- | --- |
| Утверждаю Заведующий МБДОУ «Детский сад №6 г. Калининска Саратовской обл.»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.М.Малашина**\_\_\_\_\_\_\_\_2023г Пятница****Завтрак:** Каша манная молочная 150/180Бутерброд с повидлом 30/10Чай с сахаром 180/200**II Завтрак** Какао-напиток на молоке 100**Обед:**Овощи свежие (01.09-01.03)Овощи варёные(01.03-31.08) 1е блюдо – Суп с клецками на м/б 150/180 2е блюдо –Голубцы ленивые с отварным мясом 110/1303е блюдо – Компот из сухофруктов+Вит «С» 150/180 Хлеб 50 **Уплотненный полдник:**  Зразы из творога с изюмом 130/150Чай с сахаром 150/180**Рекомендуемый ужин дома**Картофель отварной |  |