

**МЕНЮ**

«01» февраля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша кукурузная молочная	180/200
Бутерброд с джемом	30/40 4/5
Какао на молоке	180/200
II Завтрак	
Фрукт	100
Обед	
Щи с мясом со сметаной	180/200
Салат из консервированных овощей	25/30
Форель запеченная под овощным соусом	60/70 15/20
Картофельное пюре	120/140
Морс брусничный	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Баранка	40/40
Молоко	150/180
Ужин	
Плов «Восточный»	100/120
Чай	180/200
Хлеб	20/30

**МЕНЮ**

«02» февраля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша геркулесовая молочная	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	30/40 4/5 /10
Чай с сахаром	180/200
II Завтрак	
Фрукт (яблоко, груши 1/2)	100
Обед	
Суп Картофельный «Полевой» с пшеном с мясом	180/200
Салат из моркови с чесноком	25/30
Тефтели со сметанным соусом	60/70 15/20
Макароны отварные с маслом	120/140
Кисель	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Кекс/пряник	
Йогурт/снежок/молоко	150/180
Ужин	
Каша гречка молочная	120/140
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
 И.А.Агапова
 «05» февраля 2024г.



МЕНЮ
 «06» февраля 2024г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша пшеничная молочная	180/200
Чай с сахаром с лимоном	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
II Завтрак	
Фрукт / БАНАНЫ 2/2 /	100/100
Обед	
Рассольник с мясом со сметаной	180/200
Горошек консервированный	15/20
Жаркое по-домашнему	150/180
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Сухарики	
Чай с сахаром	180/200
Ужин	
Пудинг творожный с грушами	100/120
Чай	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
 И.А.Агапова
 «02» февраля 2024г.



МЕНЮ
 «05» февраля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша манная молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Кофейный напиток с молоком	180/200
II Завтрак	
Сок	100
Обед	
Суп Гороховый с мясом	180/200
Икра кабачковая	20/25
Бефстроганов из говядины в белом соусе	70/80 15/20
Рис отварной с маслом	120/140 4/5
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Вафли	
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Омлет с сосисками	100/120
Хлеб	20/30
Чай с сахаром	180/200



Утверя
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая ры
И.А.Агапова
«07» февраля 2024г.



МЕНЮ



МЕНЮ
«08» февраля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша ячневая молочная	180/200
Какао на молоке	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	30/40 4/5 /10
II Завтрак	
Фрукт / <i>Дительсинны 2/2 /</i>	100
Обед	
Уха из горбуши с картофелем	180/200
Салат из моркови с горошком	25/30
Голубцы ленивые со сметанным соусом	<i>120/160</i> 15/20
Кисель облепиховый	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Коржик молочный	
Снежок	150/180
Ужин	
Каша рисовая молочная	180/200
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
И.А.Агапова
«06» февраля 2024г.



МЕНЮ
«07» февраля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша пшеничная молочная	180/200
Бутерброд с повидлом	30/40 15/20
Чай с молоком	180/200
II Завтрак	
Сок	100
Обед	
Свекольник с мясом со сметаной	180/200
Салат из кукурузы с луком и маслом	25/30
Курица запеченная с томатным соусом	100/120 15/20
Макароны отварные с маслом	120/140
Напиток из чернослива	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Ватрушка с творогом	
Чай с сахаром	180/200
Ужин	
Каша «Солдатская» с тушенкой	180/200
Чай с конфетой	180/200/15
Хлеб	20/30



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
 И.А.Агапова
 «09» февраля 2024г.



МЕНЮ
 «13» февраля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша манная молочная	180/200
Кофейный напиток с молоком	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
II Завтрак	
Фрукт / Яблоки 1 / 100	100
Обед	
Суп картофельный с лапшой с мясом	180/200
Кукуруза консервированная	20/25
Суфле из печени и сердец с соусом	150/180 15/20
Морс клюквенный	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Печенье сахарное	
Напиток из кураги	180/200
Ужин	
Омлет натуральный	100/120
Чай сахаром	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
 И.А.Агапова
 «08» февраля 2024г.



МЕНЮ
 «09» февраля 2024г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша кукурузная молочная	180/200
Чай с конфетой	180/200/15
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
II Завтрак	
Сок	100
Обед	
Суп картофельный с фасолью с мясом	180/200
Салат из свеклы с чесноком и сыром	25/30
Капуста тушеная с мясом	150/180
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Пряники	
Чай	180/200
Ужин	
Сельдь	20/25
Картофель отварной с маслом	100/120
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30
Шоколад	45/45



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
 И.А.Агапова
 «14» февраля 2024г.



МЕНЮ
 «15» февраля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Каша пшеничная молочная	180/200
Какао на молоке	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
II Завтрак	
Фрукт / ГРУЩИ 3/2/1	100
Обед	
Рассольник с мясом со сметаной	180/200
Зеленый горошек консервированный	20/25
Котлета рыбная с томатным соусом	60/70 15/20
Рис с овощами	120/140
Кисель	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Кекс	
Биойогурт	150/180
Ужин	
Макароны «По-флотски» с тушенкой	100/120
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
 И.А.Агапова
 «13» февраля 2024г.



МЕНЮ
 «14» февраля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша геркулесовая молочная	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	30/40 4/5 /10
Чай с сахаром	180/200
2 Завтрак	
Сок	100
Обед	
Щи с мясом со сметаной	180/200
Овощная икра	20/25
Запеканка картофельная с мясом с белым соусом	120/140 15/20
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Булочка с повидлом «Майская»	
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Запеканка творожная со сгущенным молоком	100/120 15/20
Хлеб	20/30
Чай	180/200



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
 И.А.Агапова
 «16» февраля 2024г.



МЕНЮ
 «19» февраля 2024г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша манная молочная	180/200
Какао с молоком	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
II Завтрак	
Фрукт / БАНАНЫ 2 / Груши 5шт.	100
Обед	
Суп картофельный с клецками с мясом	180/200
Икра кабачковая	207/25
Голубцы ленивые в сметанном соусе	222/160 15/20
Морс брусничный	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Печенье сахарное	
Молоко	150 / 180
Ужин	
Плов «Восточный»	100/120
Чай	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
 И.А.Агапова
 «15» февраля 2024г.



МЕНЮ



МЕНЮ
 «16» февраля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша кукурузная молочная	180/200
Чай с молоком	180/200
Бутерброд с маслом и повидлом	30/40 4/5 15/20
II Завтрак	
Сок	100
Обед	
Суп картофельный с мясом с геркулесом	180/200
Салат «Фруктовый» с йогуртом	25/30
Рагу овощное с мясом	150/180
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Печенье с начинкой	
Чай	180/200
Ужин	
Суп молочный с лапшой	180/200
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
 И.А.Агапова
 «20» февраля 2024г.



МЕНЮ

«21» февраля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша пшеничная молочная	180/200
Чай с мармеладом	180/200/15
Бутерброд с маслом и сыром	30/40 4/5 /10
II Завтрак	
Фрукт / гречиш $\frac{1}{2}$	100
Обед	
Суп «Харчо» с мясом со сметаной	180/200
Огурец свежий	50/50
Язык отварной в соусе	70/80 15/20
Картофельное пюре	120/140
Кисель	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Баранка	
Снежок	150/180
Ужин	
Каша «Солдатская» с тушеной говядиной	100/120
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
 И.А.Агапова
 «19» февраля 2024г.



МЕНЮ

«20» февраля 2024г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша рисовая молочная	180/200
Чай с лимоном и сахаром	180/200
Бутерброд с маслом	35/40 4/5
II Завтрак	
Сок	100
Обед	
Борщ с мясом со сметаной	180/200
Салат из кукурузы с луком	25/30
Котлета по-домашнему с подливкой	60/70 15/20
Макароны отварные с маслом	120/140
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Пряники	
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Сырники со сгущенным молоком	100/120 15/20
Хлеб	20/30
Чай	180/200

Утвер
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая ры
И.А.Агапова
«21» февраля 2024 г.



МЕНЮ
«22» февраля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<i>Завтрак</i>	
Каша ячневая молочная	180/200
Кофейный напиток на молоке	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
<i>II Завтрак</i>	
Сок	100
<i>Обед</i>	
Уха из форели	180/200
Винигрет	25/30
Позы	100/100
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
<i>Полдник</i>	
Вафля	
Чай с молоком	180/200
<i>Ужин</i>	
Фрукт»Манго»	160/180
Хлеб	20/30
Чай	180/200