**МБДОУ № 83 «Соколенок» г.Калуги**

**Примерное меню, рассчитанное на две недели для детей общеразвивающих групп от 2-3,от 3-7 лет**

 **(вторая неделя)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дни недели | Завтрак | Обед | Полдник |
| Понедельник  | 1.Макаронные изделия отварные с сыром (150/5;200/5)2.Чай с сахаром (180/200)3.Печенье (1 шт.)Сок (100) | 1.Суп картофельный, с бобовыми на курином бульоне (150/200) **2.Кнели куриные с рисом (50/70)** **3.Капуста тушеная (100/ 150)** 4.Компот из сухофруктов (150/ 200)5. Хлеб ржаной (40/50) | 1.Каша молочная пшеничная жидкая(150/ 180)2.Чай с молоком (150/180)3.Булочка домашняя (45/60 ) |
| Вторник | 1.Каша рисовая молочная жидкая (150/200)2.Кофейный напиток с молоком (180/ 200) 3.Бутерброд: хлеб пшеничный с маслом (30/5; 40/7) | 1.Борщ из свежей капусты на мясном бульоне(150/5; 200/5)2.Гуляш из говядины (60/40;60/40) 3.Каша перловая с маслом (100/130)4.Компот из сухофруктов (150/ 200)5.Хлеб ржаной(40/50)  | 1.Вареники ленивые с маслом (120/150)2.Молоко кипячёное (100/150)3.Хлеб пшеничный (30/40) |
| Среда | 1.Каша пшённая молочная жидкая (150/ 200)2.Чай с молоком (180/ 200)3.Бутерброд: хлеб пшеничный с маслом (30/5; 40/7)**4. Фрукты (100)** | **1.Суп картофельный с рыбой (150/200)** 2.Котлеты, припущенные из кур (60/80)3.Рис, припущенный с томатом (100/120)4.Компот из сухофруктов (150/ 200)5.Хлеб ржаной (40/50) | 1. Котлеты или биточки рыбные (60/80)2.Картофельное пюре (100/120)3.Чай с сахаром (150/200)4.Хлеб пшеничный (30/ 40) |
| Четверг | 1.Каша гречневая вязкая на молоке (150/200)2.Какао с молоком (180/200)3.Бутерброд: хлеб пшеничный (30; 40) | 1.Рассольник ленинградский на курином бульоне (150/200)2.Курица в соусе с томатом (50/ 70)3.Макаронные изделия отварные (110/130)4.Кисель из концентрата (150/200)5. Хлеб ржаной (40/50) | 1.Запеканка из творога (120/5;150/5)2.Соус молочный сладкий (25/30)3.Молоко кипячёное (100/150)4.Хлеб пшеничный (30/40) |
| Пятница | 1.Каша манная молочная жидкая (150/5;200/5)2.Кофейный напиток с молоком (180/200)3.Бутерброд: хлеб пшеничный(30; 40)  | 1.Щи из свежей капусты на курином бульоне(150/200)2.Котлеты, припущенные из кур (60/80)3.Картофельное пюре (100/120)4.Компот из сухофруктов (150/200)5.Хлеб ржаной (40/50) | 1.Омлет натуральный (90/110)2.Чай с сахаром (150/200)3.Хлеб пшеничный (30/30) |