Подписано: Родная Н.Г.
DN: cn=Родная Н.Г., c=RW, o=МБДОУ 79 г. Мурманска, ou=Заведующий , email=dou79@polarnet.ru
Дата: 2022.05.16 17:41:05 +03'00'

Утверждаю от 16.05.2022 г.
Заведующий МБДОУ 79 г.Мурманска
Родная Н.Г.

Сад 12 часов (от 3 до 7 лет)

	Номер дня	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак		Плоды или ягоды свежие (яблоко) (100,00)	Булка (50,00)	Булка (55,00)	Булка (50,00)	Булка (50,00)	Каша ячневая молочная вязкая с/м (200,00)	Булка (50,00)	Плоды или ягоды свежие (яблоко) (100,00)	Булка (50,00)	Каша пшеничная с/м (190,00)
		Булка (50,00)	Плоды или ягоды свежие (яблоко) (100,00)	Масло порционное (3,00)	Плоды или ягоды свежие (яблоко) (100,00)	Сыр (20,00)	Масло порционное (6,00)	Сыр (15,00)	Булка (50,00)	Масло для заправки каши (4,00)	Масло порционное (3,00)
		Масло порционное (4,00)	Сыр (13,00)	Масло для заправки каши (3,00)	Масло порционное (3,00)	Масло порционное (6,00)	Плоды или ягоды свежие (яблоко) (100,00)	Масло для заправки каши (3,00)	Масло порционное (6,00)	Чай с молоком с/м (200,00)	Кофейный напиток с молоком с/м (180,00)
		Масло для заправки каши (3,00)	Масло для заправки каши (3,00)	Каша пшеничная с/м (190,00)	Масло для заправки каши (3,00)	Масло для заправки каши (3,00)	Булка (50,00)	Каша молочная кукурузная жидкая с/м (190,00)	Масло для заправки каши (3,00)	Каша манная молочная жидкая с/м (190,00)	Булка (50,00)
		Кофейный напиток с молоком с/м (190,00)	Масло порционное (3,00)	Чай с молоком с/м (200,00)	Каша овсяная из "геркулеса" жидкая с/м (190,00)	Какао с молоком с/м (200,00)	Чай с повидлом. (200,00)	Кофейный напиток с молоком с/м (180,00)	Каша овсяная из "геркулеса" жидкая с/м (190,00)	Масло порционное (3,00)	Сыр (13,00)
		Каша ячневая молочная вязкая с/м (190,00)	Чай с сахаром. (200,00)		Кофейный напиток с молоком с/м (180,00)	Каша "дружба" с/м (200,00)	Масло для заправки каши (3,00)	Масло порционное (3,00)	Какао с молоком с/м (180,00)		Масло для заправки каши (3,00)
			Каша манная молочная жидкая с/м (190,00)								
Второй завтрак		Молоко (200,00)	Сок (200,00)	Плоды или ягоды свежие (яблоко) (100,00)	Молоко (200,00)	Плоды или ягоды свежие (яблоко) (100,00)	Молоко (200,00)	Сок (180,00)	Молоко (200,00)	Плоды или ягоды свежие (яблоко) (100,00)	Сок (180,00)
								Плоды или ягоды свежие (яблоко) (100,00)			Плоды или ягоды свежие (яблоко) 100,00)
Обед		Соус томатный (30,00)	Хлеб ржаной (55,00)	Компот из сухофруктов (200,00)	Суп из овощей (180,00)	Икра морковная (50,00)	Суп картофельный с рыбой (200,00)	Овощи отварные (свекла) (50,00)	Хлеб ржаной (55,00)	Хлеб ржаной (55,00)	Икра морковная (50,00)
		Соль йодированная (6,00)	Борщ (200,00)	Хлеб ржаной (55,00)	Хлеб ржаной (55,00)	Хлеб ржаной (55,00)	Жаркое по-домашнему (180,00)	Макаронные изделия отварные (130,00)	Суфле из кур с рисом (80,00)	Рис припущенный (120,00)	Картофель отварной (140,00)
		Рассольник домашний (200,00)	Компот из плодов или ягод сушёных (изюм) (190,00)	Птица тушеная (70,00)	Макаронные изделия отварные (150,00)	Компот из сухофруктов (200,00)	Овощи отварные (морковь) (60,00)	Хлеб ржаной (55,00)	Щи из свежей капусты с картофелем (200,00)	Компот из свежих фруктов (яблоки) (180,00)	Компот из сухофруктов (180,00)
		Компот из апельсинов с яблоками (180,00)	Помидор соленый (60,00)	Соль йодированная (6,00)	Компот из свежих фруктов (яблоки) (180,00)	Свекольник (200,00)	Хлеб ржаной (55,00)	Суп гороховый вегетарианский (180,00)	Соль йодированная (6,00)	Птица тушеная (70,00)	Хлеб ржаной (55,00)
		Хлеб ржаной (55,00)	Соль йодированная (6,00)	Салат из соленых огурцов с луком (50,00)	Соль йодированная (6,00)	Запеканка картофельная с печенью (150,00)	Компот из свежих фруктов (яблоки) (200,00)	Компот из плодов или ягод сушёных (изюм) (200,00)	Соус томатный (30,00)	Соль йодированная (6,00)	Печень по-строгановски (80,00)
		Пюре картофельное с/м (150,00)	Рыба, запечённая в омлете п с/м (80,00)	Рис припущенный (140,00)	Соус томатный (20,00)	Соль йодированная (6,00)	Соль йодированная (6,00)	Соль йодированная (6,00)	Компот из свежезамороженных ягод (брусника) (180,00)	Помидор соленый (60,00)	Суп картофельный с мясными фрикадельками (180,00)
		Шницель рубленый (из свинины) с/м (80,00)	Овощи в молочном соусе с/м (180,00)	Суп картофельный с макаронными изделиями. (200,00)	Салат из белокачанной капусты с морковью (60,00)	Соус молочный на картофельном крахмале с/м (30,00)		Шницель рубленый (из свинины) с/м (70,00)	Салат из белокачанной капусты с морковью (60,00)	Суп молочный с макаронными изделиями . с/м (200,00)	Соль йодированная (6,00)
					Котлеты рубленые (из свинины) с/м (70,00)			Соус молочный на картофельном крахмале с/м (30,00)	Картофель в молоке с/м (150,00)		
Уплотненный полдник		Коржик молочный с/м (50,00)	Кисель из повидла (200,00)	Котлеты морковные с/м (150,00)	Сырники из творога запеченные (150,00)	Чай с сахаром. (180,00)	Котлеты свекольные (150,00)	Соус молочный сладкий к с/м (45,00)	Ватрушка с яблочным фаршем (60,00)	Соус молочный на картофельном крахмале с/м (20,00)	Запеканка из творога (150,00)
		Рагу овощное с/м (150,00)	Ватрушка с творогом. (65,00)	Соус молочный сладкий с/м (30,00)	Соус клюквенный (30,00)	Капуста тушеная м (150,00)	Чай с сахаром. (200,00)	Запеканка из творога с морковью с/м (150,00)	Винегрет с растительным маслом (200,00)	Чай с сахаром. (200,00)	Булочка домашняя (55,00)
		Булка (45,00)	Булка (45,00)	Чай с лимоном. (200,00)	Булочка домашняя (65,00)	Булочка "алтайская" (65,00)	Печенье (40,00)	Коржик молочный с/м (50,00)	Чай с лимоном. (200,00)	Запеканка капустная (150,00)	Кефир (180,00)
		Чай с сахаром. (200,00)	Огурец соленый (50,00)	Печенье (40,00)	Кефир (180,00)	Огурец соленый (60,00)	Булка (45,00)	Кефир (180,00)	Булка (40,00)	Печенье (35,00)	Булка (45,00)
			Салат картофельный с зеленым горошком (150,00)	Булка (45,00)	Булка (45,00)	Булка (45,00)	Соус молочный на картофельном крахмале с/м (20,00)	Булка (45,00)		Огурец соленый (60,00)	Соус молочный (сладкий) м с/м (45,00)
										Булка (40,00)	