



УТВЕРЖДЕНО  
Приказом  
ГБДОУ детского сада № 45  
Красносельского района СПб  
от 01.09.2021 № 142/2-ОД

## МЕНЮ Сад 10 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>Завтрак</b>									
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 11	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 11	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 11	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 11	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ100	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ200	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ200	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ200	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" 200	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ 20	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ200	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ200	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ200
КАКАО С МОЛОКОМ180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК180	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ100	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ180/5
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ125	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК180	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30						БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30			
<b>II Завтрак</b>									
БАНАН СВЕЖИЙ 90	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ/ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ ЗЕЛЕНОЕ 90	ГРУША СВЕЖАЯ 90	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 90	БИОЙОГУРТ, ОБОГАЩЕННЫЙ БИФИДОБАКТЕРИЯМИ100	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ/ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ ЗЕЛЕНОЕ 90	ГРУША СВЕЖАЯ 90	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 90	БАНАН СВЕЖИЙ 90	БИОЙОГУРТ, ОБОГАЩЕННЫЙ БИФИДОБАКТЕРИЯМИ 100
<b>Обед</b>									
САЛАТ "СВЕКОЛКА" 60	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 60	ИКРА КАБАЧКОВАЯ/ ИКРА КАБАЧКОВАЯ СТЕРИЛИЗОВАННАЯ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА 60	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ(1-ЫЙ ВАРИАНТ) ДО 01.03./ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ С 01.03. 60	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМИ РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ 60	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ 60/20	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 60	ИКРА КАБАЧКОВАЯ/ ИКРА КАБАЧКОВАЯ СТЕРИЛИЗОВАННАЯ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА 60	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 60	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 60
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 250/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ 250/10	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 250/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ 250/15/10	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 250/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 250/10	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 250/15/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ 250/10	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ С ДОБАВЛЕНИЕМ МОРСКОЙ КАПУСТЫ 250/10/5	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 250/15/5
КНЕЛИ ИЗ КУР ЗАПЕЧЕННЫЕ 70	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 60/30	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ 70/30	ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ 80	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 200	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ 70	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ 70	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ 70/30	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 80	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 200
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	РАГУ ОВОЩНОЕ 150	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С" 180	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 150	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ 150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ С ВИТАМИНОМ "С" 180	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	СОК ПЕРСИКОВЫЙ 180	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С" 180	СОК ЧЕРНОСМОРОДИНОВЫЙ 180	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	
<b>Полдник</b>									
БИТОЧЕК РЫБНЫЙ 65	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ 100/30	БИОКЕФИР 200	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ 50	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА 100	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	МАКАРОННИК 200	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 100	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ 80	СОСИСКА ОТВАРНАЯ 50
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ/КАБАЧКИ, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 80	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 50	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	СОУС МОЛОЧНЫЙ 30	ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ 40	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 150	СОУС МОЛОЧНЫЙ 30	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ/КАБАЧКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ ПОД СМЕТАНЫМ СОУСОМ 90/20	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 90/30
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С" 180	ПЕЧЕНЬ ОБОГАЩЕННОЕ 30			КЕФИР 200		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	БИОКЕФИР 200	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ С ВИТАМИНОМ "С" 180	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 180
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35				БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35			ПЕЧЕНЬ ОБОГАЩЕННОЕ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50