Затверджую

Завідувач ДНЗ № 378

Н.М. Терентьєва

**Примірне двотижневе меню для дітей ДНЗ №378 з 23.10.2017 по 03.11.2017 року**

**Перший тиждень**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Назва страви** | **Вихід страви, г** | |
| **Ясла** | **Сад** |
| **Понеділок** | **Сніданок** |  |  |
|  | Каша гречана розсипчаста | 42 | 52 |
|  | Яйце варене | 40 | 40 |
|  | Салат із свіжої капусти | 50 | 60 |
|  | Хліб пшеничний з маслом вершковим і сиром твердим | 40/5/3 | 50/6/5 |
|  | Чай солодкий | 150 | 180 |
|  | **Обід** |  |  |
|  | Суп гороховий з грінками | 150/15 | 200/20 |
|  | Котлети рибні | 50 | 70 |
|  | Картопля відварена | 100 | 120 |
|  | Ікра бурячкова | 50 | 60 |
|  | Хліб житній | 20 | 40 |
|  | Компот із сухофруктів, солодкий | 150 | 180 |
|  | **Полуденок** |  |  |
|  | Сирники рожеві із сметаною | 90/5 | 110/10 |
|  | Какао з молоком, солодке | 130 | 140 |
| **Вівторок** | **Сніданок** |  |  |
|  | Омлет - драчена | 30 | 50 |
|  | Макарони відварені з маслом вершковим | 60 | 75 |
|  | Огірок солоний | 30 | 40 |
|  | Хліб пшеничний з маслом вершковим і сиром твердим | 40/5/3 | 50/6/5 |
|  | Кавовий напій з молоком, солодкий | 150 | 180 |
|  | **Обід** |  |  |
|  | Борщ український на бульйоні із сметаною | 150/5 | 200/10 |
|  | Котлети з курячого м'яса | 50 | 70 |
|  | Каша пшенична в'язка | 80 | 100 |
|  | Салат із свіжої капусти | 50 | 60 |
|  | Хліб житній | 20 | 40 |
|  | Компот із сухофруктів, солодкий | 150 | 180 |
|  | **Полуденок** |  |  |
|  | Молочна манна каша, солодка | 200 | 200 |
|  | Хліб пшеничний | 25 | 40 |
|  | Чай солодкий | 150 | 180 |
| **Середа** | **Сніданок** |  |  |
|  | Каша пшенична в'язка | 80 | 100 |
|  | Салат із свіжої капусти | 50 | 60 |
|  | Хліб пшеничний з маслом вершковим і сиром твердим | 40/5/3 | 50/6/5 |
|  | Чай солодкий | 150 | 180 |
|  | **Обід** |  |  |
|  | Суп з галушками на бульйоні | 150 | 200 |
|  | Биточок з курячого м'яса з рисом | 50 | 70 |
|  | Пюре картопляне | 100 | 140 |
|  | Соус червоний | 30 | 50 |
|  | Хліб житній | 20 | 40 |
|  | Компот із сухофруктів, солодкий | 150 | 180 |
|  | **Полуденок** |  |  |
|  | Пудинг сирно – морквяний, солодкий | 90 | 120 |
|  | Соус молочний, солодкий | 50 | 50 |
|  | Хліб пшеничний | 25 | 40 |
|  | Молоко цільне кип’ячене | 150 | 180 |
| **Четвер** | **Сніданок** |  |  |
|  | Кнелі рибні | 50 | 70 |
|  | Соус томатний з овочами | 40 | 50 |
|  | Каша рисова в'язка | 80 | 100 |
|  | Хліб пшеничний з маслом вершковим і сиром твердим | 40/5/3 | 50/6/5 |
|  | Чай солодкий | 150 | 180 |
|  | **Обід** |  |  |
|  | Суп вермішельний на бульйоні | 150 | 200 |
|  | Рагу овочеве з курячим м'ясом | 130 | 160 |
|  | Хліб житній | 20 | 40 |
|  | Компот із сухофруктів, солодкий | 150 | 180 |
|  | **Полуденок** |  |  |
|  | Оладки з повидлом | 60/5 | 80/15 |
|  | Чай солодкий | 150 | 180 |
| **П’ятниця** | **Сніданок** |  |  |
|  | Молочна пшоняна каша, солодка | 180 | 200 |
|  | Хліб пшеничний з маслом вершковим і сиром твердим | 40/5/3 | 50/6/5 |
|  | Чай солодкий | 150 | 180 |
|  | **Обід** |  |  |
|  | Суп геркулесів на бульйоні | 150 | 200 |
|  | Гуляш з яловичого м'яса | 60 | 80 |
|  | Пюре картопляне | 100 | 140 |
|  | Огірок солоний | 30 | 40 |
|  | Хліб житній | 20 | 40 |
|  | Компот із сухофруктів, солодкий | 150 | 180 |
|  | **Полуденок** |  |  |
|  | Пиріжки з капустою | 100 | 120 |
|  | Чай солодкий | 150 | 180 |
|  | **Другий тиждень** |  |  |
| **Понеділок** | **Сніданок** |  |  |
|  | Каша геркулесова в'язка | 80 | 100 |
|  | Яйце варене | 40 | 40 |
|  | Морква тушкована | 50 | 60 |
|  | Хліб пшеничний з маслом вершковим і сиром твердим | 40/5/3 | 50/6/5 |
|  | Чай солодкий | 150 | 180 |
|  | **Обід** |  |  |
|  | Суп гречаний з маслом вершковим | 150 | 200 |
|  | Риба тушкована з овочами | 70 | 90 |
|  | Пюре картопляне | 100 | 140 |
|  | Буряк тушкований | 50 | 60 |
|  | Хліб житній | 20 | 40 |
|  | Компот із сухофруктів, солодкий | 150 | 180 |
|  | **Полуденок** |  |  |
|  | Ковбаса варена | 40 | 50 |
|  | Капуста тушкована | 100 | 125 |
|  | Хліб пшеничний | 25 | 40 |
|  | Какао з молоком, солодке | 140 | 150 |
| **Вівторок** | **Сніданок** |  |  |
|  | Запіканка сирно-вермішельна, солодка | 85 | 120 |
|  | Хліб пшеничний з маслом вершковим і сиром твердим | 40/5/3 | 50/6/5 |
|  | Кавовий напій з молоком, солодкий | 140 | 150 |
|  | **Обід** |  |  |
|  | Борщ бурячковий на бульйоні | 150 | 200 |
|  | Плов з курячим м'ясом | 120 | 140 |
|  | Салат із свіжої капусти | 50 | 60 |
|  | Хліб житній | 20 | 40 |
|  | Компот із сухофруктів, солодкий | 150 | 180 |
|  | **Полуденок** |  |  |
|  | Омлет - драчена | 25 | 50 |
|  | Пюре картопляне | 100 | 140 |
|  | Огірок солоний | 30 | 40 |
|  | Чай солодкий | 150 | 180 |
| **Середа** | **Сніданок** |  |  |
|  | Молочна пшоняна каша, солодка | 180 | 200 |
|  | Хліб пшеничний з маслом вершковим і сиром твердим | 40/5/3 | 50/6/5 |
|  | Чай солодкий | 150 | 180 |
|  | **Обід** |  |  |
|  | Розсольник на бульйоні | 150 | 200 |
|  | Кнелі з курячого м'яса | 50 | 70 |
|  | Каша пшенична в’язка | 80 | 100 |
|  | Ікра бурячкова | 50 | 60 |
|  | Хліб житній | 20 | 40 |
|  | Компот із сухофруктів, солодкий | 150 | 180 |
|  | **Полуденок** |  |  |
|  | Вареники ліниві із сметаною | 80/5 | 100/10 |
|  | Молоко цільне, кип’ячене | 150 | 180 |
| **Четвер** | **Сніданок** |  |  |
|  | Котлети рибні | 50 | 70 |
|  | Каша рисова в’язка | 80 | 100 |
|  | Соус томатний з овочами | 40 | 50 |
|  | Хліб пшеничний з маслом вершковим і сиром твердим | 40/5/3 | 50/6/5 |
|  | Кавовий напій на молоці, солодкий | 150 | 150 |
|  | **Обід** |  |  |
|  | Суп з галушками на бульйоні | 150 | 200 |
|  | Бігос з курячим м'ясом | 140 | 160 |
|  | Хліб житній | 20 | 40 |
|  | Компот із сухофруктів, солодкий | 150 | 180 |
|  | **Полуденок** |  |  |
|  | Манні биточки з повидлом | 90/5 | 110/15 |
|  | Ряжанка | 150 | 160 |
| **П’ятниця** | **Сніданок** |  |  |
|  | Молочна вермішель, солодка | 180 | 200 |
|  | Хліб пшеничний з маслом вершковим і сиром твердим | 40/5/3 | 50/6/5 |
|  | Чай солодкий | 150 | 180 |
|  | **Обід** |  |  |
|  | Суп овочевий на бульйоні | 150 | 200 |
|  | Каша перлова розсипчаста | 45 | 55 |
|  | Биточки яловичі | 50 | 70 |
|  | Соус червоний | 40 | 50 |
|  | Салат з буряка | 50 | 60 |
|  | Хліб житній | 20 | 40 |
|  | Компот із сухофруктів, солодкий | 150 | 180 |
|  | **Полуденок** |  |  |
|  | Картопля відварна | 100 | 130 |
|  | Яйце варене | 40 | 40 |
|  | Салат із свіжої капусти | 50 | 60 |
|  | Хліб пшеничний | 25 | 40 |
|  | Чай солодкий | 150 | 180 |

**Меню склали:** сестра медична старша Г.М. Чернова

шеф - кухар Ж.О. Яценко

комірник Т.С. Водзинська