

Двадцатидневное примерное цикличное меню МКДОУ детский сад общеразвивающего вида №3 г. Заволжска

1 неделя				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<p>Завтрак Каша молочная рисовая со сливочным маслом (ТК 3) Какао на молоке (ТК 62) Хлеб пшеничный (ТК 101) со сливочным маслом (ТК 103) 2 завтрак Сок фруктовый (ТК 71) Обед Суп картофельный рыбный с крупой (ТК 20) Лапшевник с говяжьей печенью (ТК 49) Икра кабачковая (ТК 85) Компот из сухих фруктов с витамином С (ТК 60) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101) Полдник Оладьи с повидлом (ТК 473) Кофейный напиток (ТК 64)</p>	<p>Завтрак Каша молочная пшеничная со сливочным маслом (ТК 4) Напиток «Цикорий» на молоке (ТК 61) Хлеб пшеничный (ТК 101) со сливочным маслом (ТК 103) 2 завтрак Сок фруктовый (ТК 71) Обед Борщ на м/к бульоне (ТК 25) со сметаной (ТК 98) Плов с курой (ТК 40) Огурец солёный (ТК 73) Напиток лимонный (ТК 66) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101) Полдник Запеканка из творога с морковью (ТК 56) со сгущенным молоком (ТК 99) Снежок (ТК 65) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p>	<p>Завтрак Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом (ТК 5) Кофейный напиток на молоке (ТК 63) Хлеб пшеничный (ТК 101) с сыром (ТК 34) 2 завтрак Фрукт (ТК 97) (яблоко, или груша, или мандарин, или банан) Обед Суп вермишелевый с курой (ТК 29) Пюре картофельное (ТК 12) Котлета мясная (ТК 39) Помидор (порционно) (ТК 72) Компот из сухих фруктов с витамином С (ТК 60) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101) Полдник Салат из моркови с яблоками (ТК 79) Кондитерка (ТК 96) Чай с сахаром (ТК 67)</p>	<p>Завтрак Каша молочная манная со сливочным маслом (ТК 2) Напиток «Цикорий» на молоке (ТК 61) Хлеб пшеничный (ТК 101) со сливочным маслом (ТК 103) 2 завтрак Сок фруктовый (ТК 71) Обед Суп молочный с овощами (ТК 17) Каша гречневая рассыпчатая (ТК 9) Гуляш из отварного мяса (ТК 50) Огурец свежий (порционно) (ТК 72) Компот из сухих фруктов с витамином С (ТК 60) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101) Полдник Рыба под омлетом (ТК 58) Чай с сахаром (ТК 67) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p>	<p>Завтрак Каша молочная «Дружба» (ТК 6) Чай с молоком (ТК 68) Хлеб пшеничный (ТК 101) со сливочным маслом (ТК 103) 2 завтрак Фрукт (ТК 97) (яблоко, или груша, или мандарин, или банан) Обед Суп рассольник на м/к бульоне (ТК 24) со сметаной (ТК 98) Овощное рагу с курой (ТК 38) Зелёный горошек (ТК 74) Компот из сухих фруктов с витамином С (ТК 60) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101) Полдник Булочка сдобная (ТК 89) Снежок (ТК 65)</p>
2 неделя				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<p>Завтрак Каша пшеничная со сливочным маслом (ТК 1) Кофейный напиток (ТК 64) Хлеб пшеничный (ТК 101) со сливочным маслом (ТК 103) 2 завтрак Сок фруктовый (ТК 71) Обед Щи на м/к бульоне (ТК 23) со сметаной (ТК 98) Суфле из отварного мяса запеченное (ТК 31) Кукуруза консервированная (ТК 75) Компот из сухих фруктов с витамином С (ТК 60) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101) Полдник Пирожок печеный с печёной (ТК 92) Чай с сахаром (ТК 67)</p>	<p>Завтрак Каша молочная манная со сливочным маслом (ТК 2) Какао на молоке (ТК 62) Хлеб пшеничный (ТК 101) со сливочным маслом (ТК 103) 2 завтрак Сок фруктовый (ТК 71) Обед Свекольник на м/к бульоне (ТК 22) со сметаной (ТК 98) Зразы мясные с яйцом (ТК 32) Салат из капусты и моркови (ТК 84) Напиток апельсиновый (ТК 66) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101) Полдник Запеканка из творога с рисом (ТК 54) со сгущенкой (ТК 99) Снежок (ТК 65) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p>	<p>Завтрак Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом (ТК 5) Чай с молоком (ТК 68) Хлеб пшеничный (ТК 101) с сыром (ТК 34) 2 завтрак Фрукт (ТК 97) (яблоко, или груша, или мандарин, или банан) Обед Суп Харчо с курой (ТК 16) Пюре картофельное (ТК 12) Котлета рыбная (ТК 35) Салат из моркови (ТК 87) Компот из сухих фруктов с витамином С (ТК 60) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101) Полдник Ватрушка с творогом (ТК 88) Снежок (ТК 65)</p>	<p>Завтрак Омлет (ТК 51) Какао на молоке (ТК 62) Хлеб пшеничный (ТК 101) со сливочным маслом (ТК 103) 2 завтрак Сок фруктовый (ТК 71) Обед Суп картофельный рыбный с крупой (ТК 20) Вермишель со сливочным маслом (ТК 11) Гуляш из курицы (ТК 36) Икра кабачковая (ТК 85) Компот из свежих фруктов (ТК 60) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101) Полдник Винегрет (ТК 81) Чай с сахаром (ТК 67) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p>	<p>Завтрак Каша молочная пшеничная со сливочным маслом (ТК 4) Напиток «Цикорий» на молоке (ТК 61) Хлеб пшеничный (ТК 101) со сливочным маслом (ТК 103) 2 завтрак Сок фруктовый (ТК 71) Обед Суп овощной на м/к бульоне с зеленым горошком (ТК 45) со сметаной (ТК 98) Жаркое по-домашнему (ТК 41) Сельдь с луком (ТК 86) Компот из сухих фруктов с витамином С (ТК 60) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101) Полдник Кондитерка (ТК 96) Фрукт (ТК 97) (яблоко, или груша, или мандарин, или банан) Кисель (ТК 69)</p>

3 неделя				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<p>Завтрак Каша молочная рисовая со сливочным маслом (ТК 3) Какао на молоке (ТК 62) Хлеб пшеничный (ТК 101) со сливочным маслом (ТК 103)</p> <p>2 завтрак Сок фруктовый (ТК 71)</p> <p>Обед Суп картофельный на м/к бульоне с фасолью (ТК 26) Вермишель со сливочным маслом (ТК 11) Печень по строгоновски (ТК 47) Салат из моркови (ТК 87) Компот из сухих фруктов с витамином С (ТК 60) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p> <p>Полдник Пирожок печеный с капустой (ТК 91) Чай с сахаром (ТК 67)</p>	<p>Завтрак Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом (ТК 5) Кофейный напиток (ТК 64) Хлеб пшеничный (ТК 101) со сливочным маслом (ТК 103)</p> <p>2 завтрак Сок фруктовый (ТК 71)</p> <p>Обед Суп Рассольник на м/к бульоне (ТК 24) со сметаной (ТК 98) Капуста тушеная (ТК 13) Котлета Мясная (ТК 39) Зеленый горошек (ТК 74) Напиток лимонный (ТК 66) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p> <p>Полдник Сырники (ТК 57) с киселевой подливой (ТК 107) Снежок (ТК 65) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p>	<p>Завтрак Каша молочная пшеничная со сливочным маслом (ТК4) Напиток «Цикорий» на молоке (ТК 61) Хлеб пшеничный (ТК 101) с сыром (ТК 34)</p> <p>2 завтрак Сок фруктовый (ТК 71)</p> <p>Обед Суп картофельный с клецками на курином бульоне (ТК 28) Пюре картофельное (ТК 12) Тефтели рыбные (ТК 43) Икра кабачковая (ТК 85) Компот из сухих фруктов с витамином С (ТК 60) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p> <p>Полдник Кондитерка (ТК 96) Фрукт (ТК 97) (яблоко, или груша, или мандарин) Снежок (ТК 65)</p>	<p>Завтрак Каша молочная манная со сливочным маслом (ТК 2) Какао на молоке (ТК 62) Хлеб пшеничный (ТК 101) со сливочным маслом (ТК 103)</p> <p>2 завтрак Сок фруктовый (ТК 71)</p> <p>Обед Суп картофельный на м/к бульоне (ТК21) Голубцы ленивые с отварным мясом (ТК 44) Яйцо куриное отварное (ТК 33) Компот из свежих фруктов (ТК 60) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p> <p>Полдник Салат «Полевой» (ТК 76) Чай с сахаром (ТК 67) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p>	<p>Завтрак Каша пшеничная со сливочным маслом (ТК 1) Чай с молоком (ТК 68) Хлеб пшеничный (ТК 101) со сливочным маслом (ТК 103)</p> <p>2 завтрак Фрукт (ТК 97) (яблоко, или груша, или мандарин, или банан)</p> <p>Обед Борщ на м/к бульоне (ТК 25) со сметаной (ТК 98) Вермишель со сливочным маслом (ТК 11) Гуляш из отварного сердца (ТК 50) Кукуруза консервированная (ТК 75) Компот из сухих фруктов с витамином С (ТК 60) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p> <p>Полдник Оладьи (ТК 52) со сгущенкой (ТК 99) Кофейный напиток (ТК 64)</p>
4 неделя				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<p>4 неделя Завтрак Каша молочная гречневая со сливочным маслом (ТК 3) Какао на молоке (ТК 62) Хлеб пшеничный (ТК 101) со сливочным маслом (ТК 103)</p> <p>2 завтрак Сок фруктовый (ТК 71)</p> <p>Обед Суп картофельный с крупой (крестьянский) на м/к бульоне (ТК 18) Капуста тушеная с мясом (ТК 46) Яйцо куриное отварное (ТК 33) Компот из сухих фруктов с витамином С (ТК 60) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p> <p>Полдник Ватрушка с повидлом (ТК 94) Чай с сахаром (ТК 67)</p>	<p>Завтрак Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом (ТК 5) Кофейный напиток (ТК 64) Хлеб пшеничный (ТК 101) со сливочным маслом (ТК 103)</p> <p>2 завтрак Сок фруктовый (ТК 71)</p> <p>Обед Суп картофельный с горохом на м/к бульоне (ТК 26)с гречками (ТК 108) Тефтеля мясо-крупяная (ТК 37) Салат из свеклы с зеленым горошком (ТК 77) Напиток апельсиновый (ТК 66) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p> <p>Полдник Пудинг творожный с изюмом (ТК 55) с киселевой подливой (ТК 107) Снежок (ТК 65) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p>	<p>Завтрак Омлет (ТК 51) Напиток «Цикорий» на молоке (ТК 61) Хлеб пшеничный (ТК 101) с сыром (ТК 34)</p> <p>2 завтрак Фрукт (ТК 97) (яблоко, или груша, или мандарин, или банан)</p> <p>Обед Суп молочный вермишелевый (ТК 27) Жаркое по-домашнему (ТК 41) Компот с/ф Компот из сухих фруктов с витамином С (ТК 60) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p> <p>Полдник Оладьи печеночные (ТК 53) Салат «Зелёный» с огурцом (ТК 80) Кофейный напиток (ТК 64) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p>	<p>Завтрак Каша пшеничная со сливочным маслом (ТК 1) Чай с молоком (ТК 68) Хлеб пшеничный (ТК 101) со сливочным маслом (ТК 103)</p> <p>2 завтрак Сок фруктовый (ТК 71)</p> <p>Обед Щи на м/к бульоне (ТК 23) со сметаной (ТК 98) Рис отварной со сливочным маслом (ТК 14) Рыба тушеная (ТК 48) Салат из моркови (ТК 87) Компот из свежих фруктов (ТК 60) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p> <p>Полдник Пирожок печеный с яйцом (ТК 90) Снежок (ТК 65)</p>	<p>Завтрак Каша молочная пшеничная со сливочным маслом (ТК4) Напиток «Цикорий» на молоке (ТК 61) Хлеб пшеничный (ТК 101) со сливочным маслом (ТК 103)</p> <p>2 завтрак Фрукт (ТК 97) (яблоко, или груша, или мандарин, или банан)</p> <p>Обед Суп векольник на м/к бульоне (ТК 22) со сметаной (ТК 98) Картофельная запеканка с отварным мясом (ТК 45) Сельдь с луком (ТК 86) Компот из сухих фруктов с витамином С (ТК 60) Хлеб ржаной (ТК 102) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p> <p>Полдник Салат витаминный (ТК 82) Кофейный напиток (ТК 64) Кондитерка (ТК 96) Хлеб пшеничный (ТК 101)</p>