

A wooden table with various fresh foods including bread, cheese, fruit, and vegetables. The text is overlaid on the right side of the image.

**КНИГА-МЕНЮ  
МБДОУ ДЕТСКИЙ САД №352**

# 1 ДЕНЬ

## ЗАВТРАК

- ❖ Каша манная молочная с маслом сливочным, 200 гр.
- ❖ Кофейный напиток с молоком. 200 гр.
- ❖ Батон, масло, 40/5 гр.



## ВТОРОЙ ЗАВТРАК

- ❖ Сок, 200 гр.



## ОБЕД

- ❖ Салат из отварного картофеля, соленого огурца с растительным маслом, 60 гр.
- ❖ Суп картофельный с крупой, 200 гр.
- ❖ Тефтели из мяса говядины, 80 гр.
- ❖ Капуста тушеная, 150 гр.
- ❖ Компот из сухофруктов и шиповника, 200 гр.
- ❖ Хлеб пшеничный, ржаной, 60 гр.



## ПОЛДНИК

- ❖ Хлеб пшеничный, 30 гр.
- ❖ Запеканка из творога, 150 гр.
- ❖ Сгущенное молоко, 20 гр.
- ❖ Кисло-молочный продукт, 200 гр.



## 2 ДЕНЬ

### ЗАВТРАК

- ❖ Омлет (запеченный), 180 гр.
- ❖ Чай с сахаром, 200 гр.
- ❖ Батон, масло, 40/5 гр.



### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

- ❖ Фрукты, 180 гр.



### ОБЕД

- ❖ Салат из свежих помидор с растительным маслом, 60 гр.
- ❖ Свекольник со сметаной, 200 гр.
- ❖ Тефтели рыбные, 70 гр.
- ❖ Пюре картофельное, 150 гр.
- ❖ Компот из сухофруктов и шиповника, 200 гр.
- ❖ Хлеб пшеничный, ржаной, 60 гр.



### ПОЛДНИК

- ❖ Хлеб пшеничный, 30 гр.
- ❖ Каша гречневая молочная с маслом, 180 гр.
- ❖ Кондитерское изделие, 30 гр.
- ❖ Чай, 200 гр.



## 3 ДЕНЬ

### ЗАВТРАК

- ❖ Каша пшеничная молочная с маслом, 200 гр.
- ❖ Какао с молоком, 200 гр.
- ❖ Батон с повидлом/джемом, 40/10 гр.



### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

- ❖ Сок, 200 гр.



### ОБЕД

- ❖ Зеленый горошек, 60 гр.
- ❖ Суп фасолевый, 200 гр.
- ❖ Мясо говядины, тушеное с овощами, 200 гр.
- ❖ Компот из шиповника, 200 гр.
- ❖ Хлеб пшеничный, ржаной, 60 гр.



### ПОЛДНИК

- ❖ Хлеб пшеничный, 30 гр.
- ❖ Суп молочный с лапшой, 180 гр.
- ❖ Кондитерское изделие, 30 гр.
- ❖ Чай, 200 гр.



## 4 ДЕНЬ

### ЗАВТРАК

- ❖ Каша гречневая молочная с маслом, 200 гр.
- ❖ Чай с молоком, 200 гр.
- ❖ Батон с маслом, 40/10 гр.



### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

- ❖ Фрукты, 180 гр.



### ОБЕД

- ❖ Салат из морской капусты с яйцом, растительным маслом, 60 гр.
- ❖ Суп картофельный с рыбой, 200 гр.
- ❖ Плов из курицы, 200 гр.
- ❖ Компот из яблок и кураги, 200 гр.
- ❖ Хлеб пшеничный, ржаной, 60 гр.



### ПОЛДНИК

- ❖ Хлеб пшеничный, 30 гр.
- ❖ Рагу из овощей, 150 гр.
- ❖ Выпечка – сдоба обыкновенная, 60 гр.
- ❖ Чай, 200 гр.



## 5 ДЕНЬ

### ЗАВТРАК

- ❖ Каша из овсяных хлопьев молочная с маслом, 200 гр.
- ❖ Кофейный напиток с молоком, 200 гр.
- ❖ Батон с маслом, 40/5 гр.



### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

- ❖ Сок, 200 гр.



### ОБЕД

- ❖ Салат из свежих огурцов, 60 гр.
- ❖ Суп картофельный с бобовыми, 200 гр.
- ❖ Биточки (котлеты) из мяса кур, 70 гр.
- ❖ Макароны отварные/соус молочный, 150/20 гр.
- ❖ Кисель с витаминами и пребиотиком 'Витошка', 200 гр.
- ❖ Хлеб пшеничный, ржаной, 60 гр.



### ПОЛДНИК

- ❖ Хлеб пшеничный, 30 гр.
- ❖ Суфле творожное, 150 гр.
- ❖ Сгущенное молоко, 30 гр.
- ❖ Чай, 200 гр.



## 6 ДЕНЬ

### ЗАВТРАК

- ❖ Каша манная молочная с маслом сливочным, 200 гр.
- ❖ Чай с сахаром, 200 гр.
- ❖ Батон, масло сливочное, 30/5 гр.



### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

- ❖ Сок, 200 гр.



### ОБЕД

- ❖ Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы, огурцов с растительным маслом, 60 гр.
- ❖ Суп из овощей со сметаной, 200 гр.
- ❖ Печень по-строгановски, 80 гр.
- ❖ Макароны изделия отварные, 150 гр.
- ❖ Компот из сухофруктов и шиповника', 200 гр.
- ❖ Хлеб пшеничный, ржаной, 20/40 гр.



### ПОЛДНИК

- ❖ Запеканка из творога, 150 гр.
- ❖ Джем, 10 гр.
- ❖ Кефир, 200 гр.
- ❖ Хлеб пшеничный, 20 гр.



# 7 ДЕНЬ

## ЗАВТРАК

- ❖ Каша пшеничная молочная с маслом, 200 гр.
- ❖ Какао с молоком, 200 гр.
- ❖ Батон с маслом, 40/10 гр.



## ВТОРОЙ ЗАВТРАК

- ❖ Фрукты, 180 гр.



## ОБЕД

- ❖ Салат из свежих помидор, 60 гр.
- ❖ Щи из свежей капусты (вегет) со сметаной, 200 гр.
- ❖ Тефтели рыбные, 80 гр.
- ❖ Картофель отварной, 150 гр.
- ❖ Компот из изюма и кураги, 200 гр.
- ❖ Хлеб пшеничный, ржаной, 60 гр.



## ПОЛДНИК

- ❖ Хлеб пшеничный, 30 гр.
- ❖ Омлет с зеленым горошком(запеченый), 150 гр.
- ❖ Выпечка – сдоба обыкновенная, 50 гр.
- ❖ Чай с молоком, 200 гр.



## 8 ДЕНЬ

### ЗАВТРАК

- ❖ Каша рисовая молочная с маслом, 200 гр.
- ❖ Кофейный напиток с молоком, 200 гр.
- ❖ Батон с повидлом, 40/10 гр.



### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

- ❖ Фрукты, 180 гр.



### ОБЕД

- ❖ Салат из огурцов, 60 гр.
- ❖ Борщ со сметаной, 200 гр.
- ❖ Гуляш из мяса, 80 гр.
- ❖ Каша гречневая рассыпчат.с овощами, 150 гр.
- ❖ Компот из сухофруктов, 200 гр.
- ❖ Хлеб пшеничный, ржаной, 60 гр.



### ПОЛДНИК

- ❖ Хлеб пшеничный, 30 гр.
- ❖ Макаруни, 150 гр.
- ❖ Кондитерское изделие, 30 гр.
- ❖ Чай, 200 гр.



## 9 ДЕНЬ

### ЗАВТРАК

- ❖ Каша ячневая молочная с маслом, 200 гр.
- ❖ Чай с сахаром, 200 гр.
- ❖ Батон, масло сливочное, 40/5 гр.



### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

- ❖ Сок, 200 гр.



### ОБЕД

- ❖ Салат из свеклы с черносливом и растительным маслом, 60 гр.
- ❖ Суп-лапша на курином бульоне, 200 гр.
- ❖ Мясо кур отварное в соусе, 80 гр.
- ❖ Картофельное пюре, 150 гр.
- ❖ Компот из яблок и кураги, 200 гр.
- ❖ Хлеб пшеничный, ржаной, 20/40 гр.



### ПОЛДНИК

- ❖ Запеканка из творога, 150 гр.
- ❖ Молоко сгущенное, 20 гр.
- ❖ Чай, 200 гр.



# 10 ДЕНЬ

## ЗАВТРАК

- ❖ Каша пшенная молочная с маслом, 200 гр.
- ❖ Чай с молоком, 200 гр.
- ❖ Батон с маслом, 40/10 гр.



## ВТОРОЙ ЗАВТРАК

- ❖ Фрукты, 200 гр.



## ОБЕД

- ❖ Салат из отварного картофеля с зеленым луком, 60 гр.
- ❖ Рассольник с крупой со сметаной, 200 гр.
- ❖ Бигус с мясом, 180 гр.
- ❖ Напиток из шиповника, 200 гр.
- ❖ Хлеб пшеничный, ржаной, 60 гр.



## ПОЛДНИК

- ❖ Хлеб пшеничный, 20 гр.
- ❖ Макароны отварные с сыром, 150 гр.
- ❖ Кондитерское изделие, 30 гр.
- ❖ Чай, 200 гр.

