

Меню <u>26.05.25</u> (день 1)	
8ч. 30 минут	Завтрак
1. Каша вязкая геркулесовая с маслом 150/180	
2. Бутерброд с сыром 38/51	
3. Кофейный напиток с молоком 150/180	
10ч. 30 минут	2 Завтрак
1. Фрукты\Сок 100\100	
12ч.15 минут	Обед
1. Свекольник 150/200	
2. Суфле из отварного мяса. 50\60	
3. Пюре картофельное 100\120	
4. Сельдь с луком 35\45	
5. Хлеб ржаной 40\50	
6. Компот из сухофруктов 150/200	
15ч. 20 минут	Полдник
1. Йогурт 150/1800	
2. Кондитерское изделие 40/40	
16ч. 20 минут	Ужин
1. Запеканка творожная 120\130	
2. Соус сметанный сладкий 30\40	
3. Хлеб пшеничный 30/40	
4. Чай сладкий 150\180	

Заведующий МАДОУ
«Детский сад №122»
С.В Попова
Рекомендации родителям: На ужин давать предпочтительно молочно растительную, легкую пищу.

Меню <u>27.05.25</u> (день 2)	
8ч. 30 минут	Завтрак
1. Каша вязкая пшеничная с маслом 150/180	
2. Хлеб пшеничный с маслом сыром 38/51	
3. Какао с молоком 150/180	
10ч. 30 минут	2 Завтрак
1. Фрукты\Сок 100\100	
12ч.15 минут	Обед
1. Щи из свежей капусты с картофелем 150\200	
2. Бефстроганов из отварной говядины 70\60	
3. Макароны отварные 100\120	
4. Салат из белокочанной капусты 40\50	
5. Хлеб ржаной 40/50	
6. Компот из сухофруктов 150/200	
15ч. 20 минут	Полдник
1. Молоко кипяченое 150/200	
2. Пирожок печеный с капустой и яйцом 60/70	
16ч. 20 минут	Ужин
1. Тефтели рыбные 50/60	
2.Свекла тушеная 70\80	
3. Хлеб пшеничный 30/40	
4. Чай сладкий 150\180	

Заведующий МАДОУ
«Детский сад №122»
С.В Попова
Рекомендации родителям: Можно приготовить различные молочные каши, желательно с овощами и фруктами(с морковью, курагой и изюмом.

Меню <u>28.05.25</u> (день 3)	
8ч. 30 минут	Завтрак
1. Каша манная с маслом 150/180	
2. Бутерброд с сыром 38/51	
3. Кофейный напиток с молоком 150/180	
10ч. 30 минут	2 Завтрак
1. Фрукты\Сок 100\100	
12ч.15 минут	Обед
1. Рассольник 150/200	
2. Котлета мясная 50/60	
3. Пюре из гороха с маслом 130\140	
4. Салат луковый 20\30	
5. Хлеб ржаной 40/50	
6. Компот из сухофруктов 150/200	
15ч. 20 минут	Полдник
1. Снежок 150/180	
2. Кондитерское изделие 20/50	
16ч. 20 минут	Ужин
1. Пудинг из творога с рисом 120/130	
2. Соус сметанный сладкий 30\40	
3. Хлеб пшеничный 30/40	
4. Чай с сахаром 150\180	

Заведующий МАДОУ
«Детский сад №122»
С.В Попова
Рекомендации родителям: Овощные блюда (морковь в молочном соусе, овощное рагу, свекла, различные запеканки.

Меню <u>29.05.25</u> (день 4)	
8ч. 30 минут	Завтрак
1. Суп молочный с макаронными изделиями 150/180	
2. Бутерброд с сыром 38/51	
3. Какао с молоком 150/200	
10ч. 30 минут	2 Завтрак
1. Фрукты\Сок 100\100	
12ч.15 минут	Обед
1. Суп картофельный с бобовыми 150/200	
2. Сухарики из ржаного хлеба 40\50	
3. Жаркое по домашнему 150\180	
4. Огурец соленый 30\40	
5. Компот из сухофруктов 150/200	
15ч. 20 минут	Полдник
1. Кисель из плодово-ягодного концентрата 150/180	
2. Оладьи с повидлом 35\15 -55\15	
16ч. 20 минут	Ужин
1. Рыба запеченная в омлете 50/60	
2. Капуста тушеная 70\80	
3. Хлеб пшеничный 30/40	
4. Чай с молоком 150\180	

Заведующий МАДОУ
«Детский сад №122»
С.В Попова
Рекомендации родителям: Блюда из творога (сырники, запеканки, ленивые вареники)

МЕНЮ <u>30.05.25</u> (день 5)	
8ч. 30 минут	Завтрак
1. Каша вязкая рисовая с маслом 150/180	
2. Бутерброд с сыром 38/51	
3. Кофейный напиток с молоком 150/180	
10ч. 30 минут	2 Завтрак
1.Фрукты\Сок 100\100	
12ч.15 минут	Обед
1. Суп картофельный с клецками 150/200	
2. Капуста тушеная с мясом, курой 150/180	
3. Салат свекольный 40\50	
4. Хлеб ржаной 40/50	
5. Компот из сухофруктов 150/200	
15ч. 20 минут	Полдник
1. Молоко кипяченое 150/180	
2.Кондитерское изделие 20/50	
16ч. 20 минут	Ужин
1. Омлет натуральный 85\95	
2. Икра кабачковая 35\45	
3. Хлеб пшеничный 30/40	
4. Чай с лимоном 150\180	

Заведующий МАДОУ
«Детский сад №122»
С.В Попова
Рекомендации родителям: Яичные блюда(омлет, яйца)