ГБДОУ №35

ЗАВЕРЕНО ЦИФРОВОЙ ПОДПИСЬЮ
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 35 Колпинского района Санкт-Петербурга

Утверждаю
Родионова Н.В.

МЕНЮ

Ясли 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 20	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ 130	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 20	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ 10	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 20	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 20
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 130	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 130	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 150/12	КАША "ДРУЖБА" 130	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 130	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 130	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 130	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 130	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 130	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 130
КАКАО С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	АПЕЛЬСИН 95	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 150/12	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150
МАНДАРИН 95	ГРУША 95	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ 100	БАНАН 95	АПЕЛЬСИН 95	ГРУША 95	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 100	ЯБЛОКО 95	АПЕЛЬСИН 95
						ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15			
II Завтрак									
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ 180	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ 170	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ 180	СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ 150	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ 170	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ 180	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ 180	СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ 150	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ 150	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ 180
Обед									
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ 30	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ 30	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 40	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ 40	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ 20/20	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ 40
БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/20/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/10/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/10/5	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ 150/20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/25/1	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 150/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 150/30	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/20/5	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/15/5
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ 50	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 160	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ 50/20	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 160	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ 50	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ 60	ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ 60	СУФЛЕ КУРИНОЕ 50	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ 50	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) 50
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 110	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 110	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ 150	КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 110	РАГУ ОВОЩНОЕ 110	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ 110	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 120	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ 110
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 150	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 150	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ 150	СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ 150	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 150
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20
Полдник									
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 130	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ 60	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 30	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ 60	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 30	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40
СОУС ЯБЛОЧНЫЙ 30	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 160	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 60	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ 50	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 160	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ 110	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 130	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 160	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 130
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ 110	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ 110	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 150/12	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ 180	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ 150	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 150/12
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ 100	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ 40	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/7/4	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ 150	ПРЯНИКИ 20	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 40	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 45	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 40
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 50	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 45	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ 100	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20
	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20				