

# МЕНЮ

УТВЕРЖДЕНО: Заведующий  
ГБДОУ детский сад №136 Выборгского района  
Санкт-Петербурга

Т.А. Курчапова

## Аллергики ясли 12 ч

| 1 день  | 2 день   | 3 день   | 4 день  | 5 день   | 6 день   | 7 день  | 8 день  | 9 день  | 10 день                                    |
|---|--|--|---|--|--|---|---|---|--|
| <b>Завтрак</b>  |  |  |   |  |  |   |   |   |  |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ С М/Р<br>И САХАРОМ 150/5            | КАША РИСОВАЯ С М/Р<br>И САХАРОМ 150/5              | БУТЕРБРОД С<br>ДЖЕМОМ 30   | КАША ОВСЯНАЯ "<br>ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С<br>М/Р И САХАРОМ 150 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ С М/Р<br>И САХАРОМ 150/5   | БУТЕРБРОД С<br>ДЖЕМОМ 30                                     | КАША КУКУРУЗНАЯ С<br>М/Р И САХАРОМ 150            | КАША РИСОВАЯ С М/Р<br>И САХАРОМ 150/5                             | БУТЕРБРОД С<br>ДЖЕМОМ 30                                    | КАША КУКУРУЗНАЯ С<br>М/Р И САХАРОМ 150/5   |
| ЧАЙ С САХАРОМ 180   | ЧАЙ С САХАРОМ 180                                  | КАША КУКУРУЗНАЯ С<br>М/Р И САХАРОМ 150                                 | ЧАЙ С САХАРОМ 180   | ЧАЙ С САХАРОМ 180  | КАША РИСОВАЯ С М/Р<br>И САХАРОМ 150/5                        | ЧАЙ С САХАРОМ 150                                 | ЧАЙ С САХАРОМ 180   | КАША ОВСЯНАЯ "<br>ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С<br>М/Р И САХАРОМ 150/5 | ЧАЙ С САХАРОМ 180                          |
| ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                        | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                            | ЧАЙ С САХАРОМ 180  | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20               | ЧАЙ С САХАРОМ 180  | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20        | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                        | ЧАЙ С САХАРОМ 180   | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20 |
| БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20   | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20         | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                             | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                                   | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                                  | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                   | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                           | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20   | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                  | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                    |
| <b>II Завтрак</b>   |  |  |   |  |  |   |   |   |  |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 150   | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150                                   | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 150  | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 150   | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 150  | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 150  | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 150                                 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 150   | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 150   | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 150                          |
| <b>Обед</b>   |  |  |   |  |  |   |   |   |  |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40                                  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40   | САЛАТ<br>КАРТОФЕЛЬНЫЙ 40                                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 40                                       | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40   | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И<br>ЯБЛОК 40                    | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 40                         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ<br>С ГОВЯДИНОЙ И<br>ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ<br>150/10/1 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С<br>ГОВЯДИНОЙ И<br>ЗЕЛЕНЬЮ 150/10/1 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ<br>КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ И<br>ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ<br>150/1 | БОРЩ С КАПУСТОЙ,<br>КАРТОФЕЛЕМ И<br>ГОВЯДИНОЙ 150/10      | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ<br>С МЯСНЫМИ<br>ФРИКАДЕЛЬКАМИ<br>150/20 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ<br>С ГОРОХОМ И<br>ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ<br>150/1 | РАССОЛЬНИК<br>ЛЕНИНГРАДСКИЙ С<br>ГОВЯДИНОЙ 150/10 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ<br>С ГОВЯДИНОЙ И<br>ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ<br>150/10/1 | БОРЩ С КАПУСТОЙ,<br>КАРТОФЕЛЕМ И<br>ГОВЯДИНОЙ 150/10        | РАССОЛЬНИК С<br>ГОВЯДИНОЙ 150/10           |
| МЯСО ОТВАРНОЕ 50  | ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С<br>ОВОЩАМИ 50/50                  | МЯСО ОТВАРНОЕ 50   | ГОВЯДИНА,<br>ТУШЕННАЯ С<br>КАПУСТОЙ 150                   | МЯСО ОТВАРНОЕ 50   | КОТЛЕТА МЯСНАЯ<br>(ГОВЯДИНА) 50                              | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 50                                 | МЯСО ОТВАРНОЕ 50  | КОТЛЕТА МЯСНАЯ<br>(ГОВЯДИНА) 50                             | МЯСО ОТВАРНОЕ 50                           |
| КАРТОФЕЛЬ<br>ТУШЕНЫЙ 150  | КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ 130                  | КАРТОФЕЛЬ<br>ОТВАРНОЙ С М/Р 130  | ЧАЙ С САХАРОМ 150   | КАРТОФЕЛЬ<br>ОТВАРНОЙ С М/Р 130                          | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й<br>ВАРИАНТ) 150                            | КАРТОФЕЛЬ<br>ТУШЕНЫЙ 150                          | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й<br>ВАРИАНТ) 150                                 | КАРТОФЕЛЬ<br>ТУШЕНЫЙ 150                                    | КАРТОФЕЛЬ<br>ТУШЕНЫЙ 150                   |
| НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ<br>150   | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ<br>ШИПОВНИКА 150                 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ<br>150  | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ 150                       | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ<br>150                                      | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА<br>150                            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ 150                                | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ<br>150                                     | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ 150         |
| ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                        | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20         | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                             | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                                   | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20               | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                   | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20        | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                        | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                  | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20 |
| БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20   | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                            | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20  |   | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                                  | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                                      | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                           | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20   | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                                     | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                    |
| <b>Полдник</b>  |  |  |   |  |  |   |   |   |  |
| ПЛОВ 150  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40                                   | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й<br>ВАРИАНТ) 180                                      | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ<br>150                                    | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40  | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й<br>ВАРИАНТ) 180                 | ГОВЯДИНА,<br>ТУШЕННАЯ С<br>КАПУСТОЙ 150                           | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40   | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40                           |
| ЧАЙ С САХАРОМ 150   | ЖАРКОЕ ПО-<br>ДОМАШНЕМУ 150                        | ЧАЙ С САХАРОМ 150  | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ 150                        | ПЛОВ 150   | ЖАРКОЕ ПО-<br>ДОМАШНЕМУ 150                                  | ЧАЙ С САХАРОМ 150                                 | ЧАЙ С САХАРОМ 150   | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ<br>150                                      | ЖАРКОЕ ПО-<br>ДОМАШНЕМУ 150                |
| ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                        | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ<br>ЯБЛОК 150                      | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                             | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                | ЧАЙ С САХАРОМ 150  | ЧАЙ С САХАРОМ 150  | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20        | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                        | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ 150                          | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ<br>150                    |
| БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 40   | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20         | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 40  | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 150   | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20               | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                   | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 40                           | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 40   | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20                  | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 20 |
|   |  |  |   | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 40                                  | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 40                                      |   |   | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 40                                     | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 40                    |

