

Завьялова Наталья Николаевна
 Подписано цифровой подписью: Завьялова Наталья Николаевна
 Дата: 2024.01.16 09:32:43 +03'00'

Утверждено
 Приказом заведующего ГБДОУ детский сад №63 присмотра и оздоровления Красносельского района Санкт-Петербурга
 Н.Н.Завьялова
 Приказ от 16.01.2024г. № 17 ахд

МЕНЮ
Сад 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 МАСЛОМ 30 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии) 20 | ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии) 30 | ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии) 30 | ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии) 30 | ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии) 30 | ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии) 30 | ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии) 30 | ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии) 25 | ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии) 30 | ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии) 30 |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 205 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205 | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО 50 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205 | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") 200 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 205 | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО 50 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205 |
| МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии) 50 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии) 50 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии) 50 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии) 50 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) 150 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии) 50 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии) 50 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии) 50 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) 150 | РИС ОТВАРНОЙ (аллергии) 150 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии) 50 | РИС ОТВАРНОЙ (аллергии) 150 | РИС ОТВАРНОЙ (аллергии) 150 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии) 50 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии) 50 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) 150 | РИС ОТВАРНОЙ (аллергии) 150 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) 150 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/6/7 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 180 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) 150 | КАКАО С МОЛОКОМ 180 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 180 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 | РИС ОТВАРНОЙ (аллергии) 150 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 180 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 | ЧАЙ С САХАРОМ 180/6 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | КАКАО С МОЛОКОМ 180 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | |
| | | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | | | | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | | | |

| II Завтрак | | | | | | | | | |
|---|--|---|---|---|---|--|--|---|--|
| 1 день | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день | 6 день | 7 день | 8 день | 9 день | 10 день |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 150 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ 180 | ГРУША СВЕЖАЯ 150 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180 | ГРУША СВЕЖАЯ 150 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ 180 | ГРУША СВЕЖАЯ 150 | СОК АБРИКОСОВЫЙ 180 | БАНАН СВЕЖИЙ 100 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ 180 |
| ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики) 150 | ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики) 150 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) 150 | ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики) 150 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) 150 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) 150 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) 150 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) 150 | ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики) 150 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) 150 |
| Обед | | | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 50 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 50 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 50 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 50 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50 |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики) 50 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики) 50 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 200/5/1 | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА (аллергики) 50 | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА (аллергики) 50 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 200/10 | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА (аллергики) 50 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 200/10/5 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики) 60 | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА (аллергики) 50 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 200/10/10 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 200/10/1 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ (аллергики) 250 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 200/10/5 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200/20 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ (аллергики) 250 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 200/10/5 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики) 250 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 200/10/5 | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 200/10/5 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики) 250 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ (аллергики) 250 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 70/70 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики) 250 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики) 250 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ 80 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ (аллергики) 250 | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ 80 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ (аллергики) 250 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ (аллергики) 250 |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 80 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 200 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики) 45/45 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ 80 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ЗАПЕЧЕННЫЕ) (аллергики) 50 | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ 70 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ЗАПЕЧЕННЫЕ) (аллергики) 50 | РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ 80 | СУФЛЕ КУРИНОЕ 70 |
| БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики) 50 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (аллергики) 200 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ЗАПЕЧЕННЫЕ) (аллергики) 50 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ЗАПЕЧЕННЫЕ) (аллергики) 50 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 130 | КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ (ЗАПЕЧЕННАЯ) (аллергики) 60 | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ) 150 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ЗАПЕЧЕННЫЕ) (аллергики) 50 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики) 50 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 150 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180 | РИС ОТВАРНОЙ (аллергики) 150 | ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 150 | РИС ОТВАРНОЙ (аллергики) 150 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) 150 | ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ 150 | РИС ОТВАРНОЙ (аллергики) 150 | СОУС СМЕТАННЫЙ 20 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (аллергики) 150 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 180/15 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ | СОУС СМЕТАННЫЙ 50 | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 180 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) 150 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150 | РИС ОТВАРНОЙ |

| | | | | | | | | | |
|---|---|--|---|---|---|--|---|---|---|
| | | | РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) 150 | | | | | | (аллергии) 150 |
| НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 180 | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | ЧАЙ С САХАРОМ 180/6 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180 | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 180 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬ НОЕ (аллергии) 150 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ 180 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30 | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/6/7 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 |
| ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 45 | | | | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50 | | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50 | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 55 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫ Й ОБОГАЩЕН НЫЙ 50 |
| | | | | | | | | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫ Й ОБОГАЩЕН НЫЙ 45 | |

Полдник

| | | | | | | | | | |
|---------------------------------------|---|---|--|--|---|---|--|---|---|
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 200 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ 70 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 200 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 130 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) 70 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 100 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 180 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40 |
| ПЛОВ (аллергии) 150 | БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии) 50 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (аллергии) 200 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (аллергии) 150 | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА (аллергии) 50 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ЗАПЕЧЕННЫЕ) (аллергии) 50 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ЗАПЕЧЕННЫЕ) (аллергии) 50 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (аллергии) 150 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬ НАЯ С МЯСОМ (аллергии) 150 | ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМ У 150 |
| НАПИТОК ВИТАМИНИЗИР ОВАННЫЙ 180 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНО Е 130 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 180 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ 150 | КАРТОФЕЛЬНО Е ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ 150 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 150 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 50 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ 180 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧА ТАЯ (аллергии) 150 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | КАРТОФЕЛЬНО Е ПЮРЕ (аллергии) 150 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии) 50 | КАРТОФЕЛЬНО Е ПЮРЕ (аллергии) 150 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) 150 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180 |
| БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 50 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180 | ЙОГУРТ В ИНД,УПАК. 125 | МАНДАРИН СВЕЖИЙ 100 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) 150 | СДОБА ОБЫКНОВЕННА Я 50 | ПЕЧЕНЬЕ 50 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ 75 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии) 150 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) 180 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии) 150 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии) 150 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/6/7 | ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии) 45 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии) 150 | МАНДАРИН СВЕЖИЙ 100 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии) 90 | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫ Й |

