

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ МБДОУ детский сад № 265

Для детей от 3 до 7 лет



Утверждено: _____ от 15.12.2013 г.
 Н.В. Филиппченкова

День 1	День 2	День 3	День 4	День 5
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша пшеничная молочная с м/с 180	Омлет запечённый 160	Каша пшеничная молочная с с/м 180	Макаронные изделия в молоке 180	Каша рисовая молочная со с/м 180
Какао с молоком 180	Кофейный напиток с молоком 200	Чай с молоком 180	Какао с молоком	Кофейный напиток с молоком
Батон с маслом, 40/6	Батон с маслом 40/6	Батон с маслом 40/6	Батон с с/м 40/6	Батон с с/м, 40/6
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
Сок 100	Фрукт 100	Напиток из шиповника 180	Сок 100	Напиток из шиповника 180
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Зеленый горошек 20	салат из свеклы 50	Картофельный салат с морковью, зеленым горошком 50	Салат из отварной моркови с изюмом	Икра кабачковая 40
Суп с клецками 180	Ши из свежей капусты (вегетарианский) со сметаной 200	Суп гороховый со сметаной 200	Суп - лапша с мясом кур 200	Суп крестьянский со сметаной 200
Макаронны отварные с овощами 150	Суфле из филе минтая 80	Тефтели из мяса 70	Плов из мяса кури с овощами 180	Жаркое по домашнему (Азу) 230
Филе индейки тушеное в сметанном соусе 80	Картофельное пюре 150	Греча с овощами 150		
Компот из кураги 180	Напиток из ягод 180	Компот из изюма 180	Компот из чернослива 180	Компот из сухофруктов 180
Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 40
ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК
Запеканка из творога 100	Каша ячневая молочная с с/м 180	Пудинг из творога 100	Манник 68	Пюре гороховое
Повидло 5	Выпечка: пирожки с (капустой, морковью, курагой) 60	Слушное молоко 5		Печенье (пряник, вафли) 30
Чай с сахаром 180	Кефир 180	Чай с сахаром (лимоном) 180	Снежок (кефир, йогурт) 180	Кисель 180
Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 30

День 6	День 7	День 8	День 9	День 10
Завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
каша манная молочная с с/м 180	Омлет с сыром 160	Каша геркулесовая со сл/м 180	Каша вязкая «Дружба» (рис, греча) молочная со с/м	Каша ячневая молочная со с/м 180
Какао с молоком	Кофейный напиток с молоком 200	Какао с молоком 180	Чай с молоком 180	Кофейный напиток с молоком 180
Батон с с/м	Батон с с/м. 40/6	Батон с с/м 40/6	Батон с с/м. 40/6	Батон с с/м 40/6
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
Сок 100	Фрукт 100	Напиток из шиповника 180	Сок 100	Напиток из шиповника 180
обед	обед	обед	обед	обед
Салат из свежей (отварной) моркови с яблоками (изюмом)	Картофельный салат с морковью, зеленым горошком	Кухаруза консервированная 25 (Салат из овощей по сезону (огурец, помидор, свежая капуста) с р/м 50)	Салат овощной с р/м 50 (моркови, свежих (отварных) овощей по сезону)	Кабачковая икра 40
Суп «Уха рыбацкая» (кета, горбуша)	Суп овощной на вегетарианском бульоне со сметаной 200	Рассольник с крупной со сметаной 200	Суп-лапша из мяса кури 200	Борщ с мясом со сметаной 200
Кнедли из филе индейки 70	Рис припущенный с овощами 150	Запеканка картофельная с отварным мясом говядины 230	Бигус с мясом кури 230	Гуляш из мяса 70
Греча с овощами 150	Рыба порционная с овощами 80	Соус молочный 20		Греча с овощами 150
Соус сметанный 5				
Компот из кураги 180	Компот из ягод 180	Компот из чернослива и изюма 180	Компот из изюма 180	Компот из кураги 180
Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 40
ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК
Пудинг из творога с изюмом 100	Кефир(снежок, йогурт) 180	Макароны со с/м 150	Снежок 180	Картофельный рулет с овощами с/м 180
Повидло 5	Выпечка (рулет с курагой, булочка, ватрушка) 50	Кисель 180	Творожная запеканка 100	Пряник (печенье, вафли) 40
Чай с сахаром 180	Каша пшеница со с/м 180	Вафли (печенье, пряник) 40	Повидло (сгущенное молоко) 5	Чай с сахаром (лимоном) 180
Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 30
Пряник (печенье, вафли) 35				

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 726242342903868691666490759959119263676517201154

Владелец Филиппченкова Наталья Викторовна

Действителен с 12.09.2023 по 11.09.2024