

4 квартал ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

для детей старшего возраста с 10,5-часовым пребыванием в детском саду (возраст от 1,5 до 3,3 до 7 лет)
Первая неделя

Прием пищи	Понедельник	Выход, г	Вторник	Выход, г	Среда	Выход, г	Четверг	Выход, г	Пятница	Выход, г
Завтрак	Омлет	60/60	Каша пшеничная	150/200	Каша ячневая	150/200	Каша манная	150/200	Каша 3 злака (пшено, рис, ячка)	150/200
	Чай с сахаром	150/180	Коф. напиток на стущ.молоке	150/180	Какао на стущ.молоке	150/180	Молоко кипяченое	130/150	Напиток Несквик	130/150
	Батон с маслом	25/5 30/5	Батон с маслом и сыром	25/5/7 30/5/10	Батон с маслом	25/5 30/5	Батон с маслом и повидлом	25/5/15 30/5/5	Батон с сыром	25/7 30/10
	Сок фруктовый	150/150	Йогурт	160/180	Снежок	160/180	Йогурт	160/180	Сок	15/150
2 завтрак	Огурец соленный порционно	25/30	Салат из свеклы	45/60	Икра кабачковая	55/65				
	Щи с мясом со сметаной	150/200	Суп с лапшой Ролтон	150/200	Суп харчо с рисом	150/200	Суп с рыбной консервой	150/200	Рассольник со сметаной	150/200
	Бефстроганов со смет.соусом	60/80	Рис отварной	90/100	Гуляш из курей	60	Капуста тушеная	140/165	Фрикадельки из говядины паровые	50/60
	Макаронны отварные	55/85	Котлета куриная с томатным соусом.	55/25 65/30	Макаронны отварные	55/85	Тефтели рыбные в томатном соусе	90/100	Сложный гарнир Картофель/Капуста	75/80 90/100
Обед	Кисель с витамином С	150/200	Компот из кураги с витамином С	150/180	Сок	150/150	Компот из яблок с витамином С	150/180	Напиток из шиповника с вит. С	150/180
	Хлеб	25/37 37/30	Хлеб	18/30 30/30	Хлеб	25/25 37/30	Хлеб	18/25 30/30	Хлеб	18/25 30/30
	Творожок лакомство	150/150	Запеканка из творога со стущ.молоком	65/15 130/20	Винегрет	85/100	Пицца	80/90	Ватрушка с повидлом	50/50
	Час с сахаром	150/180	Чай с сахаром	150/180	Чай с молоком	150/180	Чай с сахаром	150/180	Кисель	150/180
Полдник	Печенье	20/20			Пряник с начинкой	20/20	Апельсин/ Груша	240/240		

Составил: завхоз

Прочитал: бухгалтер

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МДОУ д/с №10 п.Полетасво
М.В. Агмановская
1 октября 2022 года

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

для детей старшего возраста с 10,5-часовым пребыванием в детском саду (возраст с 1,5 до 3,3 до 7 лет)

Вторая неделя

Прием пищи	Понедельник	Выход, г	Вторник	Выход, г	Среда	Выход, г	Четверг	Выход, г	Пятница	Выход, г
Завтрак	Омлет	60/60	Каша геркулесовая	150/200	Каша рисовая	150/200	Каша Здровье (рис, гречка)	150/200	Каша Ассорти	150/200
	Какао на стущ.молоке	150/180	Чай с сахаром	150/180	Чай с молоком	150/180	Кофейный напиток с молоком	150/180	Молоко кипяченое	130/150
	Батон с маслом	25/5 30/5	Батон с повидлом	25/15 30/20	Батон с маслом и сыром	25/5/7 30/5/10	Батон с маслом	25/5 30/5	Батон с маслом и сыром	25/5/7 30/5/10
	Снежок	160/180	Йогурт	160/180	Сок	150/150			Йогурт	160/80
2 завтрак			Салат из зеленого горошка	45/60	Салат из белокочанной капусты	50/60	Свекла порционно	25/30		
	Суп крестьянский со сметаной	150/200	Борщ со сметаной	150/200	Суп гороховый	150/200	Суп с рыбной консервой	150/200	Суп кудрявый с яйцом	150/ 200
	Суфле из печени	90/110	Ежки со сметанным или томатным соусом	80/25 100/30	Гуляш из свинины	55/75	Картофельное пюре	100/110	Бигус с мясом	130/180
	Овощи тушеные	75/95			Гречка с маслом	90/100	Феле мятая под маринадом	80/90		
Обед	Кисель с витамином С	150/200	Компот из с/ф с витамином С	150/180	Кисель с витамином С	150/200	Компот из с/ф с витаминомС	150/180	Сок	150/150
	Хлеб	25/25 30/30	Хлеб	25/25 37/30	Хлеб	25/25 37/30	Хлеб	18/25 30/30	Хлеб	25/25 37/30
	Шарлотка	50/60	Ватрушка с творогом	60/70	Пирожок с капустой и яйцом	60/65	Булочка ванильная	50/60	Вафли	20/40
	Чай с молоком	150/180	Чай с сахаром	150/180	Какао с молоком	150/180	Молочный коктейль	160/180	Чай с сахаром	150/180
Полдник	Яблоко	220/220							Салат с картофелем и зеленым горошком	50/60

Составил: завхоз

2005

Просчитал: бухгалтер

2005