

УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующий МДОУ д/с №10 п.Полегаево
 М.В.Атмановская
 01 октября 2024 года
 по 31 марта 2025 год



1 и 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

Приемы пищи	Понедельник	Выход, г	Вторник	Выход, г	Среда	Выход, г	Четверг	Выход, г	Пятница	Выход, г
Завтрак	Омлет с зеленым горошком	110/110	Каша ячневая	150/200	Суп молочный с макаронными изделиями	180/200	Каша манная	150/200	Каша 5 злаков	150/200
	Чай с сахаром	150/180	Коф. напиток с молоком	150/180	Какао на ступ. молоке	150/180	Молоко кипяченое	120/140	Напиток Несвик	130/150
	Батон с сыром	25/7 30/10	Горячий бутерброд	35/45	Батон с маслом	25/5 30/5	Батон с повидлом	25/15 30/5	Батон с сыром	25/7 30/10
2 завтрак	Сок	150/150	Йогурт	160/180	Снежок	160/180	Молочный коктейль	150/180	Сок	150/150
			Салат из свеклы с соевыми бобами	40/50						
Обед	Щи со сметаной	150/200	Суп с лапшой Ролтон	150/200	Суп «Харчо»	150/200	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150/200	Рассольник со сметаной	150/200
	Печень говяжья по строгановски	75/95	Рис отварной	90/115	Гуляш из курей (ясли) Голень запеченная в сметанном соусе(сад)	55 100	Капуста тушеная	120/130	Тфтели из говядины паровые	60/75
	Вермишель с маслом	70/100	Виночки куриные с томатным соусом.	55/25 65/30	Картофельное пюре	95/110	Тфтели рыбные в томатном соусе	80/25 100/30	Сложный гарнир Картофель/Капуста	75/75 85/85
	Кисель с витамином С	150/180	Компот из кураги	150/180	Сок	150/150	Компот из яблок с витамином С	150/180	Напиток из шиповника	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
Полдник	Творожок лакомство	150/150	Запеканка со ступ.молоком	80/15 130/20	Пицца	100/100	Винегрет	75/100	Булочка нежная	50/60
	Чай с сахаром	150/180	Кисель с витамином С	150/180	Чай с лимоном	150/180	Вафли	1шт	Снежок	150/180
	Пирог песочный с желемом	60/80	Фрукт	150/150	Фрукт	150/150	Чай с сахаром	150/180		

Составил: завхоз

Прочитал: бухгалтер

ЗАТВЕРЖДАЮ:
 Заведующий МДОУ «Центр образования №10» г. Полтавево
 М.В. Агмановская
 01 октября 2024 года
 по 31 марта 2025 года



1 и 4 квартал

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	Вермишель с маслом	70/100	Каша геркулесовая	150/200	Каша пшеничная	150/200	Каша 3, поровье (рис, гречка)	150/200	Каша рисовая	150/200
	Яйцо отварное	1/1	Чай с лимоном	150/180	Чай с молоком	150/180	Кофейный напиток с молоком	150/180	Молоко кипяченое	120/140
	Какао на стух.молоке	150/180	Батон с сыром	25/7 30/10	Горячий бутерброд	37/45	Батон с маслом	25/5 30/5	Батон с сыром	25/7 30/10
	Батон с маслом	25/5 30/5	Йогурт	160/180	Икра кабачковая	45/60	Свекла порционно	37/45	Салат из белокочанной капусты с морковью	45/60
Обед	Снежок	160/180	Суп крестьянский со сметаной	150/200	Суп гороховый	150/200	Суп с рыбной консервой	150/200	Суп карфельный с мясными фрикадельками	150/200
	Салат из зеленого горошка	45/60	Плов из отварной говядины	150/180	Гуляш из свинины	65/85	Картофельное пюре	110/130	Голубцы	70/80
	Борщ со сметаной	150/200	Море из ягод	150/180	Сок	150/150	Компот из с/ф с витамином С	150/180	Кисель с витамином С	150/180
	Суфле из печени	90/110	Хлеб	25/25 37/30	Хлеб	25/25 37/30	Хлеб	18/25 30/30	Хлеб	25/25 37/30
Полдник	Картофельное пюре	110/130	Булочка «Синабон»	60/70	Салат картофельный с зеленым горошком	45/50	Оладьи с повидлом	60/15 60/15	Салат из сладкой морковки	40/50
	Кисель с витамином С	150/180	Какао с молоком	150/180	Вафли	1шт	Чай с сахаром	150/180	Вафли	1шт
	Хлеб	25/25 37/30	Чай с сахаром	150/180	Чай с сахаром	150/180	Банан	200/200	Сок 0,200	200/200
	Ватрушка с творогом	70/70	Яблоко	200/200	Яблоко	200/200				

Составил: завхоз

Евгений

Прочитал: бухгалтер

Ольга

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 42050279359779253213008452138721925187139460050

Владелец Атмановская Мария Владимировна

Действителен с 05.03.2025 по 05.03.2026