

Утверждаю:
Заведующий
МДОУ «Ишеевский
детский сад «Ромашка»
О.Г. Зинченко
Приказ №282 от «16» сентября 2021г.



Примерное десятидневное меню
для организации питания детей, посещающих
МДОУ «Ишеевский детский сад «Ромашка»,
с 12-часовым режимом функционирования
(осенне - зимнее)

Меню I неделя (осенне-зимнее)

Завтрак 1

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Каша манная молочная с сахаром и маслом- №168е	180-200	Каша ячневая - №172	180-200	Каша рисовая молочная с сахаром и маслом - №168б	180-200	Каша геркулесовая молочная с сахаром и маслом - №168д	180-200	Каша «Дружба» молочная с сахаром и маслом - №168г	180-200
Какао с молоком- №397	150-180	Кофейн. напиток с молоком - №395	150-180	Чай с сахаром - №392	150-180	Кофейн. напиток с молоком - №395	150-180	Какао с молоком- №397	150-180
Бутерброд с маслом - №1	27-38	Бутерброд с маслом - №1	27-38	гренки с сыром- №117	31-44	Бутерброд с маслом - №1	27-38	гренки с сыром- №117	31-44

Завтрак 2

яблоко свежее- №368	150	сок виноградный- №399ж	150	Банан свежий - №368г	150	Яблоко свежее- №368	150	Сок яблочный- №399ж	150
---------------------	------------	------------------------	------------	----------------------	------------	---------------------	------------	---------------------	------------

Обед

Салат из свёклы- №33	45-60	Салат из моркови - №41	45-60	Салат из белокочанной капусты - №20	45-60	Винегрет овощной - №45	45-60	Сельдь с луком и растительным маслом- №8	24-40
Суп с крупой - №80	200-250	Борщ с мясом - №62	200-250	Суп гороховый - №81	200-250	Суп с крупой - №80	200-250	Бульон с гренками - №109, 115	200-250
Суфле куриное с тушёной капустой - №310,336	50-70 100-120	Тефтели мясные- №287	80-100	Запеканка картофельная с мясом - №291	150-180	Гуляш из отварного мяса с макаронами - №277,317	50-70 100-120	Котлета рубленая с картофельным пюре - №282, 321	50-70 100-120
Компот из сушеных фруктов - №376	150-180	Компот из свежих плодов - №372	150-180	Компот из сушеных фруктов - №376	150-180	Компот из сушеных фруктов - №376	150-180	Компот из сушеных фруктов - №376	150-180

Полдник

ватрушка из дрожжевого теста- №458	70-80	Печенье - №702а	10-20	Булочка домашняя- №469	60-70	Печенье - №702а	10-20	Печенье - №702а	10-20
Чай с молоком - №394	150-180	Йогурт - №401а	150-180	Молоко кипячёное- №400	150-180	Чай с молоком №394	150-180	йогурт - №401а	150-180

Ужин

Макаронны отварные с сыром – №206	150-180	Рыба, запеченная в омлете - №249	80-100	Гречневая каша молочная с сахаром и маслом - №168а	130-150	Суфле из рыбы с гороховым пюре - №268,161	70-80 150-180	Запеканка из макарон с творогом - №237	120-150
Кисель - №396	150-180	Чай с сахаром - 392	150-180	Кисель - №396	150-180	Чай с сахаром - 392	150-180	Чай с сахаром - №392	150-180
Хлеб ржаной - №700	40-50	Хлеб ржаной - №700	40-50	Хлеб ржаной - №700	40-50	Хлеб ржаной - №700	40-50	Хлеб ржаной - №700	40-50
Хлеб пшеничный – №701	40-50	Хлеб пшеничный – №701	40-50	Хлеб пшеничный – №701	40-50	Хлеб пшеничный – №701	40-50	Хлеб пшеничный – №701	40-50

Меню II неделя

Завтрак 1

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Каша гречневая молочная с сахаром и маслом - №168в	180-200	Каша пшеничная молочная с сахаром и маслом - №168а	180-200	Суп молочный с вермишелью - №93	180-200	Омлет натуральный, №215	180-200	Каша ячневая молочная с сахаром и маслом - 172	180-200
Чай с сахаром - №392	150-180	Чай с молоком- №394	150-180	Кофейный напиток с молоком - №395	150-180	Какао с молоком - №397	150-180	Кофейный напиток с молоком- №395	150-180
Гренки с сыром - №117	31-44	Бутерброд с маслом - №1	27-38	Гренки с сыром - №117	31-44	Бутерброд с маслом - №1	31-44	Гренки с сыром - №117	31-44

Завтрак 2

Яблоко свежее- №368	150	Сок яблочный- №399а	150	Яблоко свежее- №368	150	Сок абрикосовый- №339д	150	Яблоко свежее - №368	150
---------------------	------------	---------------------	------------	---------------------	------------	------------------------	------------	----------------------	------------

Обед

Салат из моркови - №41	45-60	Салат овощной - № 22	45-60	Салат из белокочанной капусты- №20	45-60	Салат из моркови- №41	45-60	Салат из свёклы- №33	45-60
Щи из свежей капусты - №67	200-250	Суп с макаронными изделиями - №82	200-250	Суп картофельный - №77	200-250	Рассольник на мясном бульоне, - №74	200-250	Суп с клецками - №85	200-250
Макаронник с мясом - №.292	150-180	Голубцы ленивые- №298	150-180	Плов - №304	150-180	Запеканка капустная с мясом №336а	150-200	Гуляш из отварного мяса с картофельным пюре- №277, 321	50-70 100-120
Компот из сушеных фруктов - №376	150-180	Компот из сушеных фруктов - №376	150-180	Компот из сушеных фруктов - №376	150-180	Компот из сухофруктов - №372	150-180	Компот из сушеных фруктов - №376	150-180

Полдник

Крендель сахарный- №460	60-70	Печенье - №702а	10-20	Печенье - №702а	10-20	Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоками - №454	70-80	Печенье- №702а	10-20
Йогурт- 401а	150-180	Молоко кипяченое - №400	150-180	Йогурт - №401а	150-180	Кисель- №396	150-180	Чай с молоком - №394	150-180

Ужин

Пудинг из творога - №235	130-150	Суфле из рыбы с картофельным пюре - №268,321	70-80 100-120	Сырники из творога - №231	130-150	Каша манная - №168е	180-200	Котлета рыбная с гороховым пюре №256, 161	50-70 150-180
Какао с молоком- №397	150-180	Кисель - №396	150-180	Чай с лимоном- №393	150-180	Чай с сахаром №392	150-180	кисель - №396	150-180
Хлеб ржаной - №700	40-50	Хлеб ржаной - №700	40-50	Хлеб ржаной - №700	40-50	Хлеб ржаной - №700	40-50	Хлеб ржаной - №700	40-50
Хлеб пшеничный - №701	40-50	Хлеб пшеничный - №701	40-50	Хлеб пшеничный - №701	40-50	Хлеб пшеничный - №701	40-50	Хлеб пшеничный - №701	40-50