

ПЛАН-МЕНЮ

для МЕДОУ с 8 -10 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7лет)

1-я неделя / 1. понедельник

1-я неделя / 2. вторник

1-я неделя / 3. среда

1-я неделя / 4. четверг

1-я неделя / 5. пятница

завтрак

1	Вермишель молочная	160	Каша молочная "Дружба"	150	Каша гречневая с молоком	200	Каша овсяная "Теркулесовад" жидкая	200	Каша молочная рисовая (жидкая)	200
2	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	Кофейный напиток	150
3	Сыр	7	Чай с молоком и сахаром	180	Кофейный напиток	180	Какао с молоком	180	Хлеб пшеничный	40
4	Какао с молоком	180	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Сыр	7
5	Хлеб пшеничный	40			Сыр	7	Яйцо	40	Масло сливочное	7

2ой завтрак

1	Сок фруктовый	180	Фрукты	120	Сок фруктовый	180	Фрукты	120	Напиток витаминизированный	180
---	---------------	-----	--------	-----	---------------	-----	--------	-----	----------------------------	-----

обед

1	Овощи свежие или консервированные	60	Икра кабачковая	60	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60
2	Пти из свежей капусты со сметаной и мясными фрикадельками	200/6/30	Лепешка домашняя	200	Суп из овощей со сметаной	200/6	Рассолник "Ленинградский" с мясными фрикадельками и сметаной	200/20/8	Борщ со сметаной	200/8
3	Гречень по-строгановски	60/60	Птица отварная	80	Котлета рыбная "Лобительская"	80	Жаркое по-домашнему	130/40	Тефтели из говядины с красным соусом	50/50
4	Капша гречневая вязкая	120	Картофельное пюре	130	Рис отварной	130	Компот из сухофруктов	180	Картофель отварной	120/5
5	Компот из сухофруктов	180	Кисель плодово-ягодный	180	Компот из свежих яблок	180	Хлеб ржаной	37	Кисель из сока	180
6	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37			Хлеб ржаной	37

полдник

1	Вареники ленивые с молочным соусом	70/10	Пудинг маняный	100	Омлет натуральный	120	Лепешник из творога	100	Пудинг творожно-яблочный с молочным соусом	130/20
2	Печенье	35	Молочная продукция	180	Булочка домашняя	50	Молочная продукция	180	Чай с сахаром	150
3	Чай с сахаром	180			Молочная продукция	180	Хлеб пшеничный	40	Зефир	35



ПЛАН-МЕНЮ

для МБДОУ с 8 -10 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7лет)

2-я неделя / 1. понедельник

2-я неделя / 2. вторник

2-я неделя / 3. среда

2-я неделя / 4. четверг

2-я неделя / 5. пятница

завтрак

1	Вермишель молочная	160	Каша овсяная "Геркулесовая" жидкая	200	Каша молочная манная	200	Каша молочная пшенная (Жидкая)	180	Каша рисовая молочная	120
2	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	Сыр	7	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7
3	Сыр	7	Кофейный напиток с молоком	180	Чай с молоком	180	Какао с молоком	180	Сыр	7
4	Какао с молоком	180	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Кофейный напиток с молоком	180
5	Хлеб пшеничный	40			Масло сливочное	7			Хлеб пшеничный	40

2ой завтрак

1	Сок фруктовый	180	Фрукты	120	Сок фруктовый	180	Фрукты	120	Сок фруктовый	180
---	---------------	-----	--------	-----	---------------	-----	--------	-----	---------------	-----

обед

1	Овощи свежие или консервированные	60	Суп гороховый с грибами	200/8	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	Голубцы, ленивые	216/40	Щи из свежей капусты с мясными фрикадельками и сметаной	200/30/8	Суп картофельный с клецками	200	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200/20
3	Рыба отварная под маринадом	60/60	Компот из кураги	180	Котлета из птицы	80	Азу из говядины	50/50	Щипель паровой	70
4	Картофельное пюре	130	Хлеб ржаной	37	Картофельное пюре	130	Каша пшенная	130	Макаронны отварные	130
5	Компот из черносливя	180			Компот из свежих яблок	180	Кисель плодовоягодный	180	Компот из сухофруктов	180
6	Хлеб ржаной	37			Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37

полдник

1	Запеканка творожная	100	Оладьи с повидлом	100/20	Сырники с соусом сметанным сладким	100/20	Омлет натуральныи	130	Пудинг творожно-яблочный с молочным соусом	120/20
2	Молочная продукция	180	Молоко	200	Молочная продукция	180	Молочная продукция	180	Чай с лимоном	180/6
3	Булочка домашняя	50					Хлеб пшеничный	40		