

Утверждено
 В.Д. Заверушенко



Лябов А.В. Директор

ПЛАН-МЕНЮ

для МБДОУ с 14 - 24-х часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7 лет)



с/н
 утверждено и согласовано управлением
 Роспотребнадзора по Тамбовской области

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 "Геркулесовая" 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	200	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		

2ой завтрак

									Напиток витаминизированный	100
--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------------------------	-----

обед

1	Овощи свежие или консервированные	70	Икра кабачковая	70	Овощи свежие или консервированные	70	Овощи свежие или консервированные	70	Овощи свежие или консервированные	70
2	Щи из свежей капусты со сметаной и мясными фрикадельками	200/6/30	Лапша домашняя	200	Суп из овощей со сметаной и зеленью	200/20/8	Рассольник "Ленинградский" с мясными фрикадельками и сметаной	200/20/8	Борщ со сметаной	200/8
3	Печень по-строгановски	60/60	Птица отварная	80	Котлета рыбная "Любительская"	80	Жаркое по-домашнему	130/40	Тефтели из говядины с красным соусом	50/50
4	Каша гречневая вязкая	120	Картофельное пюре	130	Рис отварной	130	Компот из сухофруктов	180	Картофель отварной	100/5
5	Компот из сухофруктов	180	Компот из свежих яблок	150	Кисель плодовоягодный	180	Хлеб ржаной	30	Кисель из сока	180
6	Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	30	Хлеб пшеничный	40	Хлеб ржаной	37

полдник

1	Сдоба обыкновенная	50	Сок фруктовый	100	Булочка домашняя	60	Сок фруктовый	100	Котлета из птицы	50
2	Сок фруктовый	100	Ватрушка с повидлом	75	Сок фруктовый	100	Булочка творожная	50	Каша гречневая вязкая	120
3	фрукты	100	фрукты	100	фрукты	100	фрукты	100	Хлеб ржаной	30
									чай с сахаром	150
									фрукты	100

Ужин

1	Фрикадельки рыбные в соусе	90/36	Запеканка творожная	100	Икра тыкваенная	70	Лапшевник из творога	100		
2	Рис припущенный	120	Чай с лимоном	200/6	Картофельное пюре	150	Чай с лимоном	200/6		
3	Чай с сахаром	150	Хлеб пшеничный	40	Оладьи из печени	60	Хлеб пшеничный	40		
4	Хлеб ржаной	30			Чай с джемом	180/15				
					Хлеб ржаной	30				

2-ой ужин

	молочная продукция	200	Молочная продукция	200	Молочная продукция	200	Молочная продукция	200		
	печенье	35	мармелад	30	пряник	30	хлеб пшеничный	40		

Университет
И. Д. Заведующий



И. В. Додрава



Утверждено и согласовано управлением
Роспотребнадзора по Тамбовской области

ПЛАН-МЕНЮ

для МБДОУ с 14 - 24-х часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

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 с маслом	200/4	Каша молочная пшенная (Жидкая)	180	Плов фруктовый	120
2	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	Сыр	7	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7
3	Сыр	7	Кофейный напиток с молоком	180	Какао с молоком	150	Чай с молоком	150	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

									Сок фруктовый	180
--	--	--	--	--	--	--	--	--	---------------	-----

обед

1	Овощи свежие или консервированные	70	Суп гороховый с гречками	200/8	Овощи свежие или консервированные	70	Овощи свежие или консервированные	70	Овощи свежие или консервированные	70
2	Суп картофельной с мясными фрикадельками и зеленью	200	Голубцы ленивые	216/7/5	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	Шницель паровой	70
4	Картофельное пюре	130	Хлеб ржаной	37	Картофельное пюре	130	Каша гречневая	130	Макароны отварные	130
5	Компот из чернослива	180			Компот из свежих яблок	180	Кисель плодовая годный	180	Компот из сухофруктов	180
6	Хлеб ржаной	37			Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37

полдник

1	Булочка домашняя	50	Оладьи с повидлом	100	Сырники с соусом сметанным сладким	120	Булочка творожная	60	Котлета из птицы	70
2	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Рагу из овощей	120
3	Фрукты	100	Фрукты	100	Фрукты	100	Фрукты	100	Хлеб ржаной	30
4									чай с лимоном	150
5									Фрукты	100

ужин

1	Пудинг творожно -яблочный с молочным соусом	130	Икра тыквенная	70	Суфле из печени	70	Икра кабачковая	70		
2	Чай с сахаром	150	Тфтели рыбные паровые с соусом	90	Рис припущенный	100	Омлет запеченный с сыром	150		
3	Хлеб пшеничный	40	Макароны отварные	130	Чай с джемом	180/15	Чай с сахаром	180		
			Хлеб ржаной	30	хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	30		
			Чай с лимоном	200/6						

2-ой ужин

	Молочная продукция	200	Молочная продукция	200	Молочная продукция	200	Молочная продукция	200		
	Зефир	35	Пряник	30	Печенье	35	Хлеб пшеничный	40		