

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в дошкольных организациях

СОГЛАСОВАНО

Исполнитель:

« 9 » / А.А. Турнина / 202 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заказчик:

« 9 » / В.Ф. Порфирева / 202 г.

Наименование	Выход блюд, в гр.	
	4-разовое питание для воспитанников общеразвивающихся групп от 2-х месяцев до 3-х лет	4-разовое питание для воспитанников общеразвивающихся групп от 3-х лет до прекращения образовательных отношений
День 1/ Понедельник 1 неделя		
Завтрак		
Суп молочный с крупой (пшениный)	150	180
Какао с молоком	150	200
Бутерброд с сыром	40/10	50/10
2-ой завтрак		
Кисломолочный продукт	150	180
Обед		
Огурцы свежие	40	60
Борщ с капустой и картофелем со сметаной на мкб	180/10/7	200/12/8
Картофельное пюре	120	130
Котлета из говядины	50	70
Хлеб ржано -пшеничный	30	50
Чай с сахаром	150/8	200/10
Полдник		
Булочка с повидлом	50	60
Фрукт	85	85
Кисель	150	180
День 2/вторник 1 неделя		
Завтрак		
Каша "Дружба" молочная со сливочным маслом	130/5/5	180/7/7
Кофейный напиток с молоком	150	200

Бутерброд с маслом и сыром	55	70
2-ой завтрак		
Сок	150	180
Обед		
Салат из белокочанной капусты (до 1 марта) Винегрет овощной (после 1 марта)	40	60
Суп крестьянский на мкб со сметаной	180/10/7	200/12/8
Макароны отварные со сливочным маслом	110	130
Кнели куриные	50	70
Хлеб ржано -пшеничный	30	50
Компот из сухофруктов	150	180
Итого:		
Полдник		
Кисломолочный продукт	150	180
Фрукт	85	85
Кондитерское изделие	25	50
День 3 /Среда 1 неделя		
Завтрак		
Каша манная молочная со сливочным маслом	150	180
Чай сладкий с молоком	150	200
Бутерброд с повидлом	50	75
2-ой завтрак		
Сок	150	180
Обед		
Салат из моркови с изюмом (до 1 марта)/ Салат из припущенной моркови с изюмом (после 1 марта)	40	60
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей со сметаной	180/10/7	200/12/8
Жаркое из птицы	150	190
Хлеб ржано -пшеничный	30	50
Компот из яблок и изюма	150	180
Полдник		
Булочка домашняя	50	60
Кисломолочный продукт	150	200
День 4 /Четверг 1 неделя		
Завтрак		
Суп молочный вермишелевый	150	180
Какао с молоком	150	200
Бутерброд с сыром	40/10	50/10
2-ой завтрак		
Кисломолочный продукт	150	180
Обед		

Салат из отварной свеклы	40	60
Суп картофельный с крупой (гречневый) на мкб со сметаной	180/10/7	200/12/8
Запеканка рыбная с рисом	130	150
Хлеб ржано -пшеничный	30	50
Чай с сахаром и лимоном	150/8/3	200/10/4
Полдник		
Оладьи со сгущенным молоком	80/10	120/10
Фрукт	85	85
Чай без сахара	150	200
День 5 /Пятница 1 неделя		
Завтрак		
Омлет натуральный со сливочным маслом	130	150
Кофейный напиток с молоком	180	200
Бутерброд с маслом	30/10	50/10
2-ой завтрак		
Кисломолочный продукт	150	180
Обед		
Салат" Витаминный" (до 1 марта) / Салат картофельный с солеными огурцами (после 1 марта)	40	60
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб	180/10	200/12
Каша гречневая со сливочным маслом	110	130
Гуляш из куриных грудок	35/25	40/40
Хлеб ржано -пшеничный	30	50
Компот из сухофруктов	150	180
Полдник		
Булочка "К чаю"	50	60
Фрукт	85	85
Чай с сахаром	150/8	200/10
День 6 / Суббота 1 неделя		
Завтрак		
Запеканка творожная с изюмом и со сгущенкой	110/20	130/20
Кофейный напиток с молоком	180	200
Бутерброд с маслом и сыром	55	60
2-ой завтрак		
Кисель	150	180
Обед		
Винегрет овощной	40	60
Суп картофельный с крупой (пшенный) с курицей со сметаной	180/10/7	200/12/8

Жаркое по домашнему из говядины	150	180
Хлеб ржано -пшеничный	30	50
Компот из сухофруктов	150	180
Полдник		
Кондитерское изделие	25	50
Фрукт	85	85
Кисломолочный продукт	150	180
День 7 / Понедельник 2 неделя		
Завтрак		
Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом	150/5/5	180/7/7
Чай сладкий с молоком	150	200
Бутерброд с повидлом	50	75
2-ой завтрак		
Сок	150	180
Обед		
Салат из моркови (до 1 марта) /Салат из припущенной моркови с яблоком(после 1 марта)	40	60
Борщ с капустой и картофелем со сметаной на мкб	180/10/7	200/12/8
Рыба, запеченная в омлете	130	150
Хлеб ржано -пшеничный	30	50
Компот из яблок и изюма	150	180
Полдник		
Слойка с сахаром	60	65
Фрукт	85	85
Чай без сахара	150	200
День 8 / Вторник 2 неделя		
Завтрак		
Пудинг из творога	130	150
Какао с молоком	180	190
Бутерброд с маслом	30/10	50/10
2-ой завтрак		
Кисломолочный продукт	150	180
Обед		
Салат" Витаминный" (до 1 марта) / салат из свежих огурцов (после 1 марта)	40	60
Суп картофельный с крупой (гречневый) на мкб со сметаной	180/10/7	200/12/8
Рагу овощное	120	150
Котлета куриная	50	70
Хлеб ржано -пшеничный	30	50

Компот из свежих фруктов	150	180
Полдник		
Кисель	150	190
Пирожок печеный с картофелем	60	65
День 9 / Среда 2 неделя		
Завтрак		
Каша "Дружба" молочная со сливочным маслом	130/5/5	180/7/7
Кофейный напиток с молоком	150	180
Бутерброд с маслом и сыром	55	70
2-ой завтрак		
Сок	150	180
Обед		
Салат из отварной свеклы	40	60
Суп картофельный с макаронными изделиями на мкб со сметаной	180/10/7	200/12/8
Голубцы ленивые	150	190
Хлеб ржано -пшеничный	30	50
Компот из сухофруктов	150	180
Полдник		
Булочка сдобная	50	60
Фрукт	85	85
Кисломолочный продукт	150	180
День 10 / Четверг 2 неделя		
Завтрак		
Суп молочный с крупой (рисовый)	150	180
Чай сладкий с молоком	150	180
Бутерброд с повидлом	50	75
2-ой завтрак		
Кисломолочный продукт	150	180
Обед		
Салат картофельный с солеными огурцами	40	60
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на мкб	180/10/7	200/12/8
Картофельное пюре	120	130
Биточки рыбные из минтая	50	70
Хлеб ржано -пшеничный	30	50
Компот из яблок и изюма	150	180
Полдник		
Оладьи со сгущенкой	80/10	120/10
Фрукт	85	85
Чай без сахара	150	200

День 11/ Пятница 2 неделя		
Завтрак		
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	150/5/5	180/7/7
Какао с молоком	150	180
Бутерброд с маслом	30/10	50/10
2-ой завтрак		
Сок	150	180
Обед		
Салат из белокочанной капусты (до 1 марта)/ Винегрет овощной (после 1 марта)	40	60
Суп-лапша домашняя с курицей	180/10	200/12
Плов из птицы	150	190
Хлеб ржано -пшеничный	30	50
Компот из свежих фруктов	150	180
Полдник		
Сырники из творога	50/10	80/20
Фрукт	85	85
Чай с сахаром	150/8	200/10
День 12/ Суббота 2 неделя		
Завтрак		
Каша молочная пшенная со сливочным маслом	150/5/5	180/7/7
Чай сладкий с молоком	150	200
Батон нарезной	40	50
Яйцо отварное	40	40
2-ой завтрак		
Кисель	150	180
Обед		
Винегрет овощной	40	60
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб	180/10	200/12
Картофель, тушеный в соусе	110	130
Тефтели мясные	50	70
Хлеб ржано -пшеничный	30	50
Компот из изюма	150	180
Полдник		
Кондитерское изделие	25	50
Фрукт	85	85
Кисломолочный продукт	150	180