



Габдрахманова А.А.

**10-дневное меню
для организации питания детей от 3-7 лет**

1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день	6-й день	7-й день	8-й день	9-й день	10-й день
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша манная молочная с маслом(200/5) Чай с сахаром(180/5) Бутерброд с маслом сливочным(30/5)	Каша "Дружба" молочная с маслом(200/5) Какао с молоком(180) Бутерброд с сыром, маслом сливочным(30/7/3)	Каша геркулесовая молочная с маслом(200/5) Чай с молоком, сахаром(180/5) Бутерброд с маслом сливочным (30/5)	Каша пшеничная молочная с маслом(200/5) Кофейный напиток с молоком(180) Бутерброд с сыром, маслом сливочным(30/7/3)	Каша полбяная молочная с маслом(200/5) Какао с молоком(180) Бутерброд с маслом сливочным(30/5)	Каша геркулесовая молочная с маслом(200/5) Чай с молоком, сахаром(180/5) Бутерброд с сыром, маслом сливочным(30/7/3)	Каша рисовая молочная с маслом(200/5) Кофейный напиток с молоком(180) Бутерброд с маслом сливочным(30/5)	Суп молочный с вермишелью(180) Какао с молоком(180) Бутерброд с сыром, маслом сливочным(30/7/3)	Каша полбяная молочная с маслом (200/5) Чай с молоком сахаром (180/5) Бутерброд с маслом сливочным(30/5)	Каша пшеничная молочная с маслом(200/5) Кофейный напиток с молоком(180) Бутерброд с сыром, маслом сливочным(30/7/3)
2-ой завтрак	2-ой завтрак	2-ой завтрак	2-ой завтрак	2-ой завтрак	2-ой завтрак	2-ой завтрак	2-ой завтрак	2-ой завтрак	2-ой завтрак
Сок(125)	Фрукты(100)	Сок(125)	Фруктовое пюре(125)	Сок(125)	Фрукты(100)	Сок(125)	Фруктовое пюре(125)	Сок(125)	Фрукты(100)
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салат из свежей капусты(50) Суп вермишелевый с картофелем и курицей(200/15) Тефтели из говядины с соусом томатным(70/10) Рис отварной с овощами(130) Кисель(180) Хлеб сельский(37,5)	Помидоры свежие порционно(50) Суп из овощей с курицей, со сметаной(200/15/6) Биточки рубленые из рыбы(70) Пюре картофельное(130) Компот из свежих яблок(180) Хлеб сельский(37,5)	Огурцы свежие порционно(50) Суп с гречневой крупой и картофелем с мясными фрикадельками(200/15) Голубцы ленивые в соусе сметанно-томатн. (150/20) Напиток из урюка(180) Хлеб сельский(37,5)	Помидоры свежие порционно(50) Щи со свежей капустой, картофелем, на м/б и сметаной(200/5) Жаркое по домашнему из отварной говядины (180) Плов из курицы(160) Кисель(180) Хлеб сельский(37,5)	Салат из свежих помидоров и огурцов(50) Свекольник с курицей, со сметаной(200/10/6) Плов из курицы(160) Компот из свежих яблок(180) Хлеб сельский(37,5)	Салат из свежей капусты(50) Рассольник ленинградский с курицей со сметаной(200/15/5) Биточки куриные "Солнышко"(70) Хлеб сельский(37,5)	Помидоры свежие порционно Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и гренами(200/15/10) Тефтели рыбные с маслом(70/3) Пюре картофельное(130) Компот из свежих яблок Хлеб сельский(37,5)	Огурцы свежие порционно(50) Борщ со свежей капустой, картофелем на м/б со сметаной(200/5) Плов из отварной говядины(180) Напиток из урюка(180) Хлеб сельский(37,5)	Помидоры свежие порционно(50) Суп с рисовой крупой и картофелем с мясными фрикадельками(200/15) Котлеты "Аппетитные"(70) Пюре картофельное(130) Кисель (180) Хлеб сельский(37,5)	Салат из свежих помидор и огурцов(50) Суп из овощей с курицей, со сметаной(200/15/6) Гуляш из куриной грудки(45/45) Каша гречневая вязкая(130/3) Напиток из урюка(180) Хлеб сельский(37,5)
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Булочка Домашняя(50) Катык(120) Рагу с курицей(40/120) Напиток шиповника(180/5) Хлеб пшеничный(23)	Печенье(15) Молоко кипяченое(120) Запеканка творожная с молоком сгущенным (150/20) Чай с сахаром и лимоном(180/5/5) Хлеб пшеничный(23)	Ряженка(120) Ватрушка с повидлом (50) Яйцо вареное (48) Макароны отварные(130) Чай с сахаром(180/5) Хлеб пшеничный(23)	Вафли(21) Катык(120) Суфле из творога с молоком сгущенным(150/20) Напиток шиповника(180/5) Хлеб пшеничный(23)	Плошка новомосковская(50) Кефир(120) Капуста тушеная с мясом(150) Чай с сахаром(180/5) Хлеб пшеничный(23)	Булочка сдобная(50) Ряженка(120) Гречка с фаршем и овощами(130) Напиток шиповника(180/5) Хлеб пшеничный(23)	Печенье(15) Молоко кипяченое(120) Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным (150/20) Чай с сахаром и лимоном(180/5/5) Хлеб пшеничный(23)	Пирожок печеный с повидлом(1) Катык (120) Рагу из птицы с овощами(120/25) Чай с сахаром (180/5) Хлеб пшеничный(23)	Крекер(10) Ряженка(120) Запеканка из творога с крошкой(150) Напиток шиповника(180/5) Хлеб пшеничный(23)	Ватрушка с сыром(50) Кефир(120) Смлет натуральный(140) Чай с сахаром(180/5) Хлеб пшеничный(23)

ОТПРАВИТЕЛЬ МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД №355	ПОДПИСАНО
ВЛАДЕЛЕЦ СЕРТИФИКАТА Габдрахманова Альфия Аюповна	
ДОЛЖНОСТЬ Заведующий	
СЕРТИФИКАТ 00E8DF2FEC04D714EFEDA81FFF9F4230 ВА	ПОДПИСАН 03.09.2024 17:14:50 МСК
ПОДПИСЬ ВЕРНА	