



### Примерное 10 дневное меню

<b>День 1-й</b>	Кол.гр.	<b>День 2-й</b>	Кол.гр.	<b>День 3-й</b>	Кол.гр.
<b>Завтрак</b>	Ясли/Сад	<b>Завтрак</b>	Ясли/Сад	<b>Завтрак</b>	Ясли/Сад
Каша манная молочная с маслом	150/200	Каша «Дружба» молочная с маслом	150/200	Каша геркулесовая молочная маслом	150/200
Чай с сахаром	160/180	Какао с молоком	160/180	Чай с молоком, сахаром	160/180
Бутерброд с маслом слив.	25/30	Бутерброд с сыром, маслом	25/30	Бутерброд с маслом слив.	25/30
<b>2-ой завтрак</b>		<b>2-ой завтрак</b>		<b>2-ой завтрак</b>	
Сок	125	Фрукты свежие	100	Сок	125
<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>	
Салат из свежей капусты	30/50	Салат из свеклы	30/50	Салат из моркови	30/50
Суп вермишелевый с картофелем и курицей	150/200	Суп из овощей с курицей, со сметаной	150/200	Суп с гречневой крупой и картофелем с мясными фрикадельками	150/200
Тефтели из говядины/тефтели из говядины с соусом томатным	50/70	Биточки рубленые из рыбы	50/70	Голубцы ленивые в соусе сметанно-томатн.	140/150
Рис отварной с овощами	110/130	Пюре Картофельное	110/130	Напиток из урюка	150/180
Кисель	150/180	Компот из свежих яблок	150/180	Хлеб сельский	30/37,5
Хлеб сельский	30/37,5	Хлеб сельский	30/37,5		
<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>	
Булочка Домашняя	40/50	Крекер	10	Ватрушка с повидлом	40/50
Катык	110/120	Молоко кипяченое	110/120	Ряженка	110/120
Рагу с курицей	20/40	Запеканка творожная с повидлом	100/150	Яйцо вареное	½ /48
Напиток шиповника	150/180	Чай с сахаром и лимоном	150/180	Макароны отварные	110/130
Хлеб пшеничный 1с	20/23	Хлеб пшеничный 1с	110/120	Чай с сахаром	160/180
				Хлеб пшеничный 1с	20/23
<b>День 4-й</b>		<b>День 5-й</b>			
<b>Завтрак</b>	Ясли/Сад	<b>Завтрак</b>	Ясли/Сад		
Каша пшеничная молочная с маслом	150/200	Каша полбяная молочная с маслом	150/200		
Кофейный напиток с молоком	165/180	Какао с молоком	160/180		
Бутерброд с сыром, маслом	25/30	Бутерброд с маслом слив.	25/30		
<b>2-ой завтрак</b>		<b>2-ой завтрак</b>			
Фрукты свежие	100	Сок	125		
<b>Обед</b>		<b>Обед</b>			
Салат из свеклы и моркови	30/50	Салат витаминный	30/50		
Щи со свежей капустой, картофелем, на м/б и сметаной	150/200	Свекольник с курицей, со сметаной	150/200		
Документ создан в электронной форме. № от 09.12.2024. Исполнитель: Асхатдинова Гульнара Мухаметовна. Страница 1 из 4. Страница создана: 09.12.2024 08:55	150/160	Документ создан в электронной форме. № от 09.12.2024. Исполнитель: Асхатдинова Гульнара Мухаметовна. Страница 1 из 4. Страница создана: 09.12.2024 08:55	150/160		

Кисель	150/180	Компот из свежих яблок	150/180		
Хлеб сельский	30/37,5	Хлеб сельский	30/37,5		
<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>			
Вафли	21	Плюшка новомосковская	40/50		
Катык	110/120	Кефир	110/120		
Суфле из творога с повидлом	100/150	Капуста тушеная с мясом	110/150		
Напиток шиповника	150/180	Чай с сахаром	160/180		
Хлеб пшеничный 1с	20/23	Хлеб пшеничный 1с	20/23		
<b>День 6-й</b>	Кол.гр.	<b>День 7-й</b>	Кол.гр.	<b>День 8-й</b>	Кол.гр.
<b>Завтрак</b>	<b>Ясли/Сад</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Ясли/Сад</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Ясли/Сад</b>
Каша геркулесовая молочная с маслом	150/200	Каша рисовая молочная с маслом	150/200	Суп молочный с вермишелью	150/180
Чай с молоком, сахаром	160/180	Кофейный напиток с молоком	165/180	Какао с молоком	160/180
Бутерброд с сыром, маслом	25/30	Бутерброд с маслом слив.	25/30	Бутерброд с сыром, маслом	25/30
<b>2-ой завтрак</b>		<b>2-ой завтрак</b>		<b>2-ой завтрак</b>	
Фрукты свежие	100	Сок	125	Фрукты свежие	100
<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>	
Салат из свежей капусты	30/50	Салат из свеклы	30/50	Салат из моркови	30/50
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	150/200	Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и гренками	150/200	Борщ со свежей капустой, картофелем, на м/б, со сметаной	150/200
Биточки куриные «Солнышко»	50/70	Тефтели рыбные с маслом	50/70	Плов из отварной говядины	130/160
Макароны отварные	110/130	Пюре Картофельное	110/130	Напиток из урюка	150/180
Кисель	150/180	Компот из свежих яблок	150/180	Хлеб сельский	30/37,5
Хлеб сельский	30/37,5	Хлеб сельский	30/37,5		
<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>	
Булочка сдобная	40/50	Печенье/вафли	15/21	Пирожок печеный с повидлом	40/50
Ряженка	110/120	Молоко кипяченое	110/120	Катык	110/120
Гречка с фаршем и овощами	110/130	Пудинг из творога с рисом с повидлом	80/100	Рагу из птицы с овощами	100/120
Напиток шиповника	150/180	Чай с сахаром и лимоном	150/180	Чай с сахаром	160/180
Хлеб пшеничный 1с	20/23	Хлеб пшеничный 1с	20/23	Хлеб пшеничный 1с	20/23
<b>День 9-й</b>		<b>День 10-й</b>			
<b>Завтрак</b>	<b>Ясли/Сад</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Ясли/Сад</b>		
Каша полбяная молочная с маслом	150/200	Каша пшенная молочная с маслом	150/200		
Чай с молоком, сахаром	160/180	Кофейный напиток с молоком	165/180		
Бутерброд с маслом слив.	25/30	Бутерброд с сыром, маслом	25/30		
<b>2-ой завтрак</b>		<b>2-ой завтрак</b>			
Сок	125	Фрукты свежие	100		
<b>Обед</b>		<b>Обед</b>			
Салат из капусты с яблоками	30/50	Салат из свеклы и моркови	30/50		
Суп с рисовой крупой и картофелем с мясными фрикадельками	150/200	Суп из овощей с курицей, со сметаной	150/200		
Котлеты «Аппетитные»	50/70	Гуляш из куриной грудки	40/45		
Пюре Картофельное	110/130	Каша гречневая вязкая	110/130		
Кисель	150/180	Напиток из урюка	150/180		
Хлеб сельский	30/37,5	Хлеб сельский	30/37,5		
<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>			
Ватрушка с сыром	40/50	Ватрушка с сыром	40/50		

Ряженка	110/120	Кефир	110/120		
Запеканка творожная с повидлом	130/150	Омлет натуральный	130/140		
Напиток шиповника	150/180	Чай с сахаром	160/180		
Хлеб пшеничный 1с	20/23	Хлеб пшеничный 1с	20/23		

Лист согласования к документу № 3 от 09.12.2024  
Инициатор согласования: Асхатдинова Г.М. Заведующая  
Согласование инициировано: 09.12.2024 08:56

Лист согласования		Тип согласования: <b>последовательное</b>		
№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Асхатдинова Г.М.		 Подписано 09.12.2024 - 08:56	-