

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ «Норминский детский сад «Тургай» комбинированного вида :

/ А.В.Ганиева



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 0097E2150AA0569C4F13F25110AA938384

Владелец: Ганиева Айгуль Вакифовна

Действителен с 07.11.2024 до 31.01.2026

1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша манная молочная с маслом 150/200 Чай с сахаром 160/180 Бутерброд с маслом сливочным 25/5-25/5	Каша»Дружба» молочная с маслом 150/200 Какао с молоком 160/180 Бутерброд с сыром с маслом 25/5/3-25/7/3	Каша геркулесовая молочная с маслом 150/200 Чай с молоком с сахаром 160/180 Бутерброд с маслом сливочным 25/5-25/5	Каша пшенная молочная с маслом 150/200 Кофейный напиток с молоком 165/180 Бутерброд с сыром маслом 25/5/3-25/7/3	Каша полбяная молочная с маслом 150/200 Какао с молоком 160/180 Бутерброд с маслом сливочным 25/5-25/5
10.00 II завтрак	10.00 II завтрак	10.00 II завтрак	10.00 II завтрак	10.00 II завтрак
Сок фруктовый 125\125	Фрукты свежие: 85\85	Сок фруктовый 125\125	Фрукты свежие 85/85	Сок фруктовый 125\125
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салат из свежей капусты 30/50 Суп вермишелевый с картофелем и курицей 150\200 Тефтели из говядины 50\70 Каша гречневая вязкая 110\130 Кисель 150/180 Хлеб сельский 30/37,5	Огурцы свежие порц 30\50. Суп из овощей с мясными фрикадельками со сметаной 150/200 Пюре картофельное 110\130 Котлеты рубленые из птицы 50/70 Компот из свежих яблок 150\180 Хлеб сельский 30/37,5	Помидоры свежие порц 30/50. Суп с рисовой крупой и картофелем с курицей 150/200 Соус мясной «Смак» 50\70 Макароны отварные 110/130 Компот из с/ф 150\180 Хлеб сельский 30/37,5	Салат из свежих огурцов 30\50 Щи со свежей капустой, картофелем, с сметаной на м/б 150/200 Жаркое по домашнему из отварной говядины 130/160 Кисель 150\180 Хлеб сельский 30/37,5	Огурцы свежие порционно 30 /50 Свекольник с курицей со сметаной 150/200 Плов из курицы 130/160 Компот из свежих яблок 150/180 Хлеб сельский 30/37,5
Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник
Булочка Домашняя 40/50 Катык 100/110 Рагу с курицей 100\120	Молоко кипяченое 100/110 Суфле из творога с молоком сгущ 100\150 Конд.изделия	Ряженка 100 \110 Капуста тушеная(в сметанном соусе) 110\130	Кондитерские изделия : вафли 21\21 Молоко кипяченое 100/110	Кефир 100/110 Капуста тушеная с мясом 110/130
Напиток из урюка 150/180	печенье 10/10 Чай с сахаром	Булочка дорожная 40/50	Пудинг из творога с рисом с повидлом 110/130	Чай с сахаром

Документ создан в электронной форме. № меню от 30.04.2025. Исполнитель: Ганиева А.В.

Хлеб пшеничный 20/20 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 37,59 \48,23 Жиры: 42,04\55,01 Углеводы: 177,83 \228,29 Ккал:1238,84 \1603,98	и лимоном 150/180 Хлеб пшеничный 20/20 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 38,19 \49,64 Жиры:41,65\51,90 Углеводы:183,58\234,86 Ккал: 1263,70\1578,30	Напиток шиповника 150\180 Яйцо вареное ½ / 48 Хлеб пшеничный 20/20 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 36,41\48,67 Жиры: 43,12 \53,63 Углеводы: 185,96\230,68 Ккал:1275,39\1600,78	Чай с сахаром160/180. Хлеб пшеничный 20/20 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 38,23\48,64 Жиры: 40,79\51,60 Углеводы: 180,78\233,04 Ккал: 1241,64\1594,70	150/180 Крекер 10/10 Хлеб пшеничный 20/20 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 36,77\47,75 Жиры: 43,06\56,00 Углеводы: 181,05\234,30 Ккал: 1255,20\1630,18
--	--	--	--	--

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Заведующий МБДОУ «Норминский детский сад «Тургай» комбинированного вида :

/ /

Утверждаю:

А.В.Ганиева

6-й день	7-й день	8-й день	9- й день	10- й день
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша геркулесовая молочная с маслом 150/200 Чай с молоком с сахаром 160/180 Бутерброд с сыром с маслом 25/5/3-25/7/3	Каша ячневая молочная с маслом 150/200 Кофейный напиток с молоком 165/180 Бутерброд с маслом сливочным 25/5-25/5	Суп молочный с вермишелью180/200 Бутерброд с сыром маслом 25/5/3-25/7/3 Чай с сахаром 160/180	Каша полбяная молочная с маслом 150/200 Какао с молоком 160/180 Бутерброд с маслом сливочным 25/5-25/5	Каша пшеничная молочная с маслом 150/200 Кофейный напиток с молоком 165/180 Бутерброд с сыром маслом 25/5/3-25/7/3
10.00 II завтрак	10.00 II завтрак	10.00 II завтрак	10.00 II завтрак	10.00 II завтрак
Фрукты свежие: яблоки 85/85	Сок фруктовый 125\125	Фрукты свежие: свежие 85/85	Сок фруктовый 125\125	Фрукты свежие: яблоки 85\85
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салат из свежей капусты 30/50 Рассольник Ленинградский с мяс.фрикадельками, со сметаной150/200 Биточки куриные «Солнышко» 50/70 Макароны отварные 110/130 Кисель 150/180 Хлеб сельский 30/37,5	Огурцы свежие порционно 30/50 Суп картофельный с горохом с курицей и гренками 150\200 Запеканка картофельная с мясом130/150 Компот из свежих яблок150\180 Хлеб сельский 30/37,5	Помидоры свежие порц 30\50. Борщ со свежей капустой, картофелем на м/б, со сметаной 150/200 Плов из отварной говядины 130/160 Напиток из урюка150/180 Хлеб сельский 30/37,5	Салат из свежей капусты с огурцами 30/50 Суп с гречневой крупой и картофелем с курицей 150/200 Пюре картофельное110/130 Биточки рубленые из рыбы 50/70 Кисель 150/180 Хлеб сельский 30/37,5	Салат из свежих огурцов 30/50 Суп из овощей, со сметаной 150/200 Рис отварной с овощами 110/130 Гуляш из куриной грудки 40/45 Компот из сухофруктов 150/180 Хлеб сельский 30/37,5
Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник

Булочка сдобная 40/50 Ряженка 100/110 Гречка с фаршем и овощами 110/130 Напиток из урюка 150/180 Хлеб пшеничный 20/20 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 39,58/50,16 Жиры: 44,95 /57,23 Углеводы: 182,23 /226,20 Ккал: 1289,24 /1621,80	Конд.изделия: печенье 10/10 Молоко кипяченое 100/110 Пудинг из творога с рисом с повидлом 110\130 Чай с сахаром и лимоном 150/180 Хлеб пшеничный 20/20 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 35,63 /46,29 Жиры: 38,99 /52,07 Углеводы: 173,70 /239,24 Ккал: 1186,30 /1610,60	Катык 100/110 Пирожок печеный с повидлом 40/50 Рагу из птицы с овощами 100/120 Напиток шиповника 150/180 Хлеб пшеничный 20/20 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 44,22 /55,76 Жиры: 46,30 /57,80 Углеводы: 171,05 /216,45 Ккал: 1285,99/1614,28	Кондитерские изделия: крекер 10/10 Кефир 100/110 Суфле из творога с молоком сгущенным 100/150 Чай с сахаром 160/180 Хлеб пшеничный 20/20 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 36,35 /48,26 Жиры: 40,06 /50,85 Углеводы: 178,86 /235,10 Ккал: 1214,94 /1596,30	Молоко кипяченое 100/110 Ватрушка с сыром 40/50 Омлет натуральный 130/140 Чай с сахаром и лимоном 150/180 Хлеб пшеничный 20/20 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 38,71 /49,30 Жиры: 44,70 /57,06 Углеводы: 186,72 /229,13 Ккал: 1302,70 /1627,58
--	--	--	--	--

Лист согласования к документу № меню от 30.04.2025
Инициатор согласования: Ганиева А.В. Заведующая
Согласование инициировано: 30.04.2025 13:33

Лист согласования			Тип согласования: последовательное	
N°	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Ганиева А.В.		 Подписано 30.04.2025 - 13:33	-