

УТВЕРЖДЕНО:

МКДОУ «Детский сад № 7
им.Г.А.Тутова» г. Новопавлловска

И.о.заведующего

Т.Ю. Степанничева



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ НА ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ ПЕРИОД
В ДОУ С 10-ти ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ ВОЗРАСТОМ ДО ОТ 3-х ДО 7 ЛЕТ.

Составлено в соответствии с

« Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях » / Под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна.-М..ДеЛи принт, 2012г.

« Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 6-е издание, переработанное и дополненное / » / под общей редакцией профессора А.Я.Перевалова, Уральский региональный центр питания,- г. Пермь.: ЗАО Полиграфкомплект, 2012г.

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

МЕНЮ

Сад 10 часов

сентябрь 2024

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 190	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ 190	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 190	КАША МАННАЯ 190	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 150	КАША МАННАЯ 190	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 190	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 190	КАША МАННАЯ 180
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 40				БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 40					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150				ЧАЙ С САХАРОМ 150					
II Завтрак									
КЕФИР 100	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ 100	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 100	КЕФИР 100	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ 100	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 100	КЕФИР 100	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ 100	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 100	КЕФИР 100
Обед									
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 180	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПЕРЛОВОЙ КРУПКОЙ 180	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 180	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПЕРЛОВОЙ КРУПКОЙ 180
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ 70	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 150	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ КУРИНЫЕ 70	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 70	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ 70	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ 70	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ 70	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ КУРИНЫЕ 70	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ С ОВОЩАМИ ЗАПЕЧЕННЫЕ 70	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70
СОУС СМЕТАННЫЙ №354 30	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 30		ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 60	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 30	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 30	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 60	ИКРА МОРКОВНАЯ 60	ИКРА МОРКОВНАЯ 60	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 30
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	ИКРА МОРКОВНАЯ 60	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ 130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КАБАЧКАМИ 130	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ 130	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КАБАЧКАМИ 130
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30			
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180	КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ 180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЛИМОНА 180	КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ 180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЛИМОНА 180
Полдник									
КАША МАННАЯ 150	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА 150	ВАФЛИ 60	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	ПЕЧЕНЬЕ 60	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 150	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 100	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ 150	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 150	ПРЯНИКИ 60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ 30		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 190	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 190	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ 150	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 190