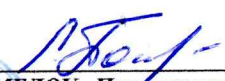


Утверждаю 
Заведующая МБДОУ Пonomарева С.А.
Приказ МБДОУ № 288 от 26.08.2024года

Примерное 10 дневное меню МБДОУ «ЦРР- Детский сад№9 «Родничок», период зима- весна.

	выход блюда	1 день	выход блюда	2 день	выход блюда	3 день	выход блюда	4 день	выход блюда	5 день
Завтрак	150/200	Каша пшениная на молоке	150/200	Каша пшеничная на молоке	150/200	вермишель в молоке	150/200	Каша геркулесовая на молоке	100/150	Пудинг из творога с молочным соусом
	150/200	Какао на молоке		Кофейный напиток на молоке	150/200	Какао на молоке		Кофейный напиток на молоке	150/200	Какао на молоке
	20/30 10/15	Батон с сыром	20/30 5/5	Батон с маслом	20/30 5/5	Батон с маслом	20/30 10/15	Батон с сыром	20/30 5/5	Батон с маслом
2 завтра к	100/100	Сок	71/75	фрукты	71/75	фрукты	71/75	фрукты	100/100	Сок
Обед	150/200	Рассольник «ленинградский» с курой со сметаной	150/200	Борщ с мясом со сметаной	150/200	Суп картоф-ный с макаронными изделиями	150/200	Суп молочный с рисом	150/200	Суп рыбный
			60/80			/с крупой/с мясом	60/80		60/80	
	180/230	Запеканка картофельная с куррой, овощная подлива	120/150	Рулет мясной с яйцом /Подлива мясная картофельное пюре/ греча отварная	180/230 60/80 120/150	Ленивые голубцы с мясом смет соус /биточки мясные , карт пюре, капуста тушеная	120/150 150/200	Котлета мясная, картофельное пюре с морковью	120 150	Суфле из кури Макароны отварные Соус молочный/ томатный
	150/200	Напиток каркаде	150/200	Компот из яблок с вит «С»	150/200	Компот из кураги с вит «С»		Компот из изюма с вит «С»	150/200	Компот из яблок с вит «С»
	40/60	Салат «Цветной»	40/60	Салат из огурцов					40/60	Салат из св огурцов,помидоров
Полдник	60/90	Булочка домашняя	100/150	Запеканка творожная со сгущенным молоком сыр-ники творож.с морковью с маслом	60/80 100/120	Рыба припущенная с овощами, картофельное пюре/ рис отварной	80/120	Блины/ оладьи с фруктовой подливой	100/150	Каша пшениная на молоке с маслом
	150/200	Молоко	150/180	Чай/молоко	150/180	Напиток из шиповника, печенье	150/180	Молоко	150/180	Молоко , печенье

	выход блюда	6 день	выход блюда	7 день	выход блюда	8 день	выход блюда	9 день	выход блюда	10 день
завтрак	150/200 150/200 20/30 5/5	Вермишель в молоке Кофейный напиток на молоке Батон с маслом	100/150 150/200 20/30 5/5	Запеканка творожная со сметанным соусом Какао на молоке Батон с маслом	150/200 150/200 20/30 10/15	Каша «Дружба» на молоке Кофейный напиток на молоке батон с сыром	150/200 150/200 20/30 5/5	Каша из разных круп на молоке (кукур,ячев) Какао на молоке Батон с маслом	80/100 150/200 20/30 5/5	Омлет натуральный Кофейный напиток на молоке Батон с маслом
2 завтрак	100/100	Сок	71/75	фрукты	100/100	Сок	71/75	фрукты	100/100	Сок
обед	150/200 180/230 60/80 120/150 150/200	Рассольник домашний с курой со сметаной Плов с курой /котлета куриная ,рис отварной +соус молоч/ томатн. Компот из изюма с вит «С»	150/200 180/230 150/200	Щи с мясом со сметаной Жаркое по – домашнему \мясо тушеное с овощами Компот из кураги с вит «С»	150/200 60/80 120/150 150/200	Суп овощной с мясом со сметаной Биточки из мяса, макароны отварные, соус молочный Компот из лимонов	150/200 60/80 120/150 150/200	Суп «Любительский» с курой со сметаной Кнели из куры свекла тушеная в сметане, картофельное пюре Напиток каркаде	150/200 60/80 120/150 150/200	Суп картофельный с бобовыми(горох) с мясом. Котлета рыбная картофельное пюре Компот из изюма с вит «С»
	40/60	Икра кабачковая, кукуруза	40/60	Салат из свеклы	40/60	Салат из белоко чанной капусты				
полдник	60/90	Пирог с капустой/ карто фелем	100/150 100/150	Котлета морковная со сгущенным молоком/ Винегрет	60/90	Булочка домашняя	100/150	Ленивые вареники с маслом/пудинг творожный с рисом, маслом	100/150	Каша рисовая на молоке
	150/200	Молоко/ чай	150/180	Чай, печенье	150/180	Йогурт	150/180	Молоко	150/180	Молоко, вафли