

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

Примерное 10 дневное меню МБДОУ «ЦРР- Детский сад №9 «Родничок» (период лето- осень)

	выход блюда	1 день	выход блюда	2 день	выход блюда	3 день	выход блюда	4 день	выход блюда	5 день
Завтрак	150/200	Каша молочная, росовая	150/200	Каша молочная манная	150/200	вермишель в молоке	150/200	Каша молочная ДРУЖБА	100/150	Пудинг из творога с молочным соусом
	150/200	Какао на молоке	150/200	Кофейный напиток на молоке	150/200	Какао на молоке	150/200	Кофейный напиток на молоке	150/200 20/30 5/5	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		Батон с маслом
2 завтра к	100/100	Сок	71/75	Фрукты(по сезону)	71/75	Фрукты(по сезону)	71/75	Фрукты (по сезону)	100/100	Сок
Обед	150/200	Рассольник «ленинградский» с курой со сметаной	150/200	Борщ с мясом со сметаной	150/200	Суп картофельный с крупой с курой	150/200 60/80	Суп молочный с рисом	150/200 60/80	Суп рыбный
	180/230	Запеканка картофельная с курой, овощная подлива	60/80 120/150	Рулет мясной с яйцом /Подлива мясная картофельное пюре/ греча отварная	180/230 60/80 120/150	Ленивые голубцы с курой смет соус /биточки куриные карт пюре, капуста тушеная Компот из свежих фруктов	120/150 150/200	Котлета мясная, картофельное пюре с морковью Кисель из сока	60/80 120 150 150/200	Суфле из кури Макароны отварные Соус молочный/ томатный
	150/200	Компот из изюма с лимоном	150/200	Компот из яблок	150/200					Компот из яблок
	40/60	Салат «Цветной»	40/60	Салат из огурцов и помидоров					40/60	Салат из св огурцов, помидоров
Полдник	60/90	Булочка домашняя	100/150	Запеканка творожная со сгущенным молоком сырники творож.с морковью с маслом	60/80 100/120	Рыба припущенная с овощами, картофельное пюре/ рис отварной	24/48 80/100	Яйцо отварное салат из белокочанной капусты	100/150	Каша молочная пшеничная с маслом
	150/200	Молоко	150/180	Чай/молоко	150/180	Чай с лимоном	150/180	Компот из св фруктов	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	Вермишель в молоке	100/150	Запеканка творожная со сметанным соусом	150/200	Каша «Дружба» на молоке	150/200	Каша из разных круп на молоке (кукур,ячев)	80/100	Омлет натуральный
	150/200	Кофейный напиток на молоке	150/200	Какао на молоке	150/200	Кофейный напиток на молоке	150/200	Какао на молоке	150/200	Кофейный напиток на молоке
	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	20/30 5/5	Батон с маслом
2 завтрак	100/100	Сок	71/75	Фрукты по сезону	100/100	Сок	71/75	Фрукты по сезону	100/100	Сок
обед	150/200	Рассольник домашний с курой со сметаной	150/200	Щи с мясом со сметаной	150/200	Суп овощной с мясом со сметаной	150/200	Суп «Любительский» с курой со сметаной	150/200	Суп картофельный с бобовыми(горох) с мясом.
	180/230	Плов с курой	180/230	Жаркое по – домашнему	120/150	Биточки из мяса, макароны отварные, соус молочный	120/150	Кнели из куры свекла тушеная в сметане, картофельное пюре	60/80 120/150	Котлета рыбная картофельное пюре
	60/80	/котлета куриная ,рис отварной +соус		мясо тушеное с овощами	150/200	Компот из свежих фруктов	150/200	Компот из свежих фруктов	150/200	Компот из изюма
	120/150	молоч/ томатн.	150/200	Кисель из сока						
	150/200	Компот из изюма								
	40/60	Свежий помидор, огурец колечком	40/60							
полдник	60/90	Пирог с капустой/ карто фелем	100/150	Салат из свежей моркови	40/60	Салат БЕЛОСНЕЖКА, картофельное пюре	100/150	Ленивые вареники с маслом/пудинг творожный с рисом, маслом	100/150	Каша молочная рисовая
			100/150	Винегрет	100/120					
	150/200	Молоко/ чай	150/180	Напиток из шиповника	150/180	Чай с лимоном	150/180	Молоко	150/180	Молоко, вафли