

УТВЕРЖДАЮ:



Примерное двухнедельное меню для детей МБДОУ д/с №2 «Сказка» с 10,5 часовым пребыванием на 2023-2024 учебный год

Первая неделя

	Понедельник	Выход	Вторник	Выход	Среда	Выход	Четверг	Выход	Пятница	Выход
завтрак	1.Каша пшеничная молочная 2.Кондитерское изделие 3.Чай с сахаром	ясли/сад 150/200  35/35  165/180	1.Суп молочный с макаронными изделиями. 2. Хлеб пшеничный,масло сливочное порционное. 3. Сыр порционный 4.Какао на молоке	ясли/сад 150/200  30/5 40/5  10/15  165/180	1. Каша «Дружба» молочная 2. Хлеб пшеничный, масло сливочное порционное. 3. Кофейный напиток	ясли/сад 150/200  30/40  5/5  165/180	1. Каша пшеничная молочная 2. Хлеб пшеничный масло сливочное порционное. 3.Сыр порционный 4. Кофейный напиток	ясли/са д 150/200  30/40  5/5  10/15  165/180	1. Каша молочная манная 2.Хлеб пшеничный масло сливочное порционное. 3. Кофейный напиток	ясли/сад 150/200  30/40  5/5  165/180
	II завтрак	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Фрукты	1шт/1шт
обед	1.Суп картофельный мясном бульоне 2. Бефстроганов с отварными макаронами 3. Компот из с/фр 4.Хлеб ржаной 5.Хлеб пшеничный	150/200  60/70  110/130 150/180  30/40 20/25	1 Суп рассольник на мясном бульоне со сметаной. 2.Жаркое домашнему свежие овощи. 3.Компотс/ф 4.Хлеб ржаной	150/200  170/200  30/50 150/180 30/40	1.Бульон куриный с гренками 2.Плов с птицей 3Икра свекольная 4.Кисельп/я 5.Хлеб ржаной 6.Хлеб пшеничный	150/200 20/20  170/200  30/50  150/180  30/40 20/25	1. Борщ на мясном бульоне с капустой и со сметаной. 2.Котлета рыбная с картофельным пюре Свежие овощи 3. Компот с/ф 4. Хлеб ржаной 5.Хлеб пшеничный	150/200  60/70 110/130  30/50 150/180 30/40 20/25	1. Суп картофельный с вермишелью на мясном бульоне 2. Ёжики с овощным рагу 3.Кисельп/я 4.Хлеб ржаной 5.Хлеб пшеничный	150/200  60/70 110/130  150/180  30/40 20/25
	полдник	1.Булочка слоёная 2.3. Яйцо отварное 3.Кисломолочный напиток	60/60  1 шт/1шт  150/180	1.Сырники с джемом 2.Кисломолочный напиток 3.Фрукты	120/200 140/20  150/180 1шт/1шт	1. Омлет натуральный 2. Хлеб пшеничный 3.Кисломолочный напиток	150/150  20/25  150/180	1. Рисовая запеканка с творогом и сгущенным молоком 2. Кисломолочный напиток	120/130  20/25  150/180	1.Булочка домашняя 2.Яйцо отварное 3.Кисломолочный напиток

**Вторая неделя**

	Понедельник	Выход	Вторник	Выход	Среда	Выход	Четверг	Выход	Пятница	Выход
завтрак	1.Каша геркулесовая молочная. 2.Кондитерское изделие 3. Яйцо отварное 4.Чай с сахаром	ясли/сад 150/200  35/35  1шт./1шт. 165/180	1. Каша кукурузная молочная. 2. Хлеб пшеничный масло сливочное порционное. 4. Какао на молоке	ясли/сад 150/200  30/40 5/5  165/180	1.Каша пшеничная молочная. 2. Хлеб пшеничный масло сливочное порционное. 3. Кофейный напиток	ясли/сад 150/200  30/40 5/5  165/180	1. Каша пшеничная молочная. 2. Хлеб пшеничный масло сливочное порционное. 3. Кофейный напиток	ясли/сад 150/200  30/40 5/5  165/180	1. Каша манная молочная. 2. Хлеб пшеничный масло сливочное порционное. 4.сыр порционный 4. Кофейный напиток	ясли/сад 150/200  30/40 5/5  10/15 165/180
II завтрак	Сок Фруктовый	100/100	Сок Фруктовый	100/100	Сок Фруктовый	100/100	Сок Фруктовый	100/100	Фрукты	1шт./1шт
обед	1. Суп картофельный рыбный 2. Гуляш из отварного мяса с отварными макаронами. 3. Компот из шиповника 4.Хлеб ржаной 5.Хлеб пшеничный	150/200  60/70 110/130  150/180  30/40 20/25	1. Свекольник на мясном бульоне со сметаной 2. Суфле мясное с рисом 3.Картофельное пюре Свежие овощи 4. Компот из с/фр 5.Хлеб ржаной	150/200  60/70  110/130  30/50 150/180 30/40	1. Суп картофельный с вермишелью на мясном б-не 2. Котлета куриная с тушеной капустой  3. Кисель п/я  4.Хлеб ржаной 5.Хлеб пшеничный	150/200  60/70  110/130  150/180 30/40	1.Щи на мясном бульоне со сметаной 2. Рыба запеченная с отварным рисом и красным соусом 3.Компот с/ф 4.Хлеб ржаной 5.Хлеб пшеничный	150/200  60/70 110/130 150/180 30/40 20/25	1. Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне 2.Печень по - строгановски 3.Каша гречневая рассыпчатая Свежие овощи. 4. Кисель п/я 5.Хлеб ржаной 6.Хлеб пшеничный	150/200  60/70  110/130  30/50 150/180  30/40 20/25
полдник	1.Пирог с повидлом 2.Кисломолочный напиток	80/80  150/180	1.Творожная запеканка с джемом 3.Кисломолочный напиток 3.Фрукты	120/140  20/20  150/180 1шт/1шт	1.Омлет с сыром 2.Хлеб пшеничный 3.Чай с сахаром	150/150  20/25  150/180	1.Ватрушка с творогом 2.Кисломолочный напиток	80/80  150/180	1.Кондитерское Изделие 2.Яйцо отварное 3.Чай с сахаром	40/40  1шт./1шт 150/180