

МКДОУ д/с №5



Утверждено  О.А. Проценко

Дата 28.12.2020

Типовое примерное меню

дети 1-3 лет, сезон весна-лето

1-я неделя

Прием пищи	1-й понедельник (день №1)	1-й вторник (день №2)	1-я среда (день №3)	1-й четверг (день №4)	1-я пятница (день №5)
Завтрак	Каша рисовая молочная 150	Суп молочный с макаронами 150	каша пшеничная молочная 150	Каша пшенная молочная 150	Каша кукурузная 150
	батон 20	батон 20	батон 20	батон 20	батон 20
	Масло сливочное 5	Повидло 15	Сыр 15	Масло сливочное 5	Масло сливочное 5
	Какао с молоком 150	Чай с молоком без сахара 150	Кофейный напиток с молоком с сахаром 150	Чай с сахаром 150	Кофейный напиток с молоком с сахаром 150
Завтрак 2	Сок фруктофый 150	Йогурт 3,2% жирности 125	Сок фруктовый 150	Фрукты свежие (яблоки) 100	Йогурт 3,2% жирности 125
	печенье 20		вафли 20		
Обед	Помидоры свежие 40	Огурец свежий 40	Перец болгарский сладкий 40	Огурец свежие 40	Винегрет 100
	Щи из свежей капусты со сметаной 150	Суп картофельный с крупой 150	Суп картофельный с клецками 150	Свекольник на мясном бульоне с мясом со 150	Рассольник "Ленинградский" 150
	Биточки мясные паровые 50	Суфле из отварной рыбы (треска) 50	Капуста тушенная с курицей 160	Куры отварные (запеченные) 50	Голубцы ленивые с рисом и луком 50
	Макароны отварные 110	Картофельное пюре 110	Хлеб ржаной 30	Картофель отварной с маслом (запеченный) 110	Хлеб ржаной 30
	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Компот из сухофруктов с сахаром 150	Хлеб ржаной 30	Сок фруктовый 150
	Компот из сухофруктов с сахаром 150	Кисель из ягод брусники 150		Кисель из ягод вишни 150	
Полдник	Сдоба обыкновенная 60	Пудинг творожный запеченый 60	Блины 145	Омлет натуральный 130	Полоска песочная с повидлом 50
	Фрукты свежие 95	Фрукты свежие (апельсины) 95	Молоко сгуц 15	Зеленый горошек 40	Фрукты свежие 95
	Молоко 150	Чай с сахаром 150	Чай с сахара 150	Хлеб пшеничный 30	Молоко 150
		молоко сгущенное	Фрукты свежие	Чай с сахаром 150	

2-я

неделя

Прием пищи	2-й понедельник (день №6)	2-й вторник (день №7)	2-я среда (день №8)	2-й четверг (день №9)	2-я пятница (день №10)
Завтрак	Каша манная молочная 150	Каша гречневая молочная 150	Каша из крупы "Геркулес" молочная 150	Суп молочный с вермишелью 150	Каша Дружба молочная 150
	батон 20	батон 20	батон 20	батон 20	батон 20
	Повидло 15	Масло сливочное 5	Масло сливочное 5	Сыр 15	Масло сливочное 5
	Чай с молоком без сахара 150	Кофейный напиток с молоком с сахаром 150	Чай с сахаром и лимоном 150	Какао с молоком 150	Чай с сахаром 150
Завтрак 2	Фрукт 100	Йогурт 3,2% жирности 125	Сок фруктовый 150	Молоко 150	Сок фруктовый 150
			печенье 20	Вафли 20	Печенье 20
Обед	Огурц свежие 50	Борщ со сметаной 150	Салат из свеклы с чесноком 40	Помидор свежий 40	Салат "Степной" 40
	Суп картофельный с макаронами 150	Зразы рыбные рубленные 60	Уха рыбацкая 150	Суп с мясными фрикадельками 150	Суп гороховый с картофелем 150
	Оладьи из печени 60/50	Картофельное пюре 110	Котлеты из говядины 50	Азу 150	Рулет из говядины с яйцом 150
	Рис отварной 110	Компот из сухофруктов с сахаром 150	Пюре из гороха соус красный 100/50	Компот из сухофруктов 150	Кисель из ягод брусники 150
	Сок яблочный 150	Хлеб ржаной 30	Кисель из ягод облепихи 150		Хлеб ржаной 30
	Хлеб ржаной 30		Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	
Полдник	Коржик молочный 60	Сырники из творога запеченные 100	Ватрушка с повидлом 60	Омлет натуральный 100	Пирожки с картошкой 60
	Молоко 100	Фрукты свежие 95	Молоко 100	Фрукты свежие 95	Фрукты свежие (апельсины) 95
	Фрукты	Чай с сахаром 150	фрукты свежие 100	Чай с сахаром 150	Чай с сахаром 150
				Хлеб пшеничный 25	