

МКДОУ д/с №5

Типовое примерное меню
дети 3-7 лет, сезон весна-

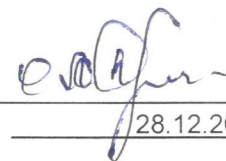
1-я неделя

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	200	Суп молочный с макаронами	200	Каша пшеничная молочная	200	Каша пшенная молочная	200	Каша кукурузная	200
	батон	30	батон	30	батон	30	батон	30	батон	30
	Масло сливочное	5	Повидло	15	Сыр	22	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5
	Какао с молоком	180	Чай с молоком без сахара	180	Кофейный напиток с молоком с сахаром	180	Чай с сахаром	180	Кофейный напиток с молоком с сахаром	180
Завтрак 2	Срк фруктовый	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	Огурцы свежие	40	Перец болгарский сладкий	60	Огурец свежий	50	Винегрет	120
	Щи из свежей капусты со сметаной	180	Суп картофельный с крупой	180	Суп картофельный с клецками	180	Свекольник на мясном бульоне с мясом, со сметаной	180	Рассольник "Ленинградский"	180
	Биточки мясные паровые	70	Суфле из отварной рыбы (треска)	70	Капуста тушенная с курицей	250	Куры отварные (запеченные)	70	Голубцы ленивые с рисом и луком	70
	макароны отварные	150	Картофельное пюре	150	Хлеб ржаной	35	Картофель отварной с маслом (запеченный)	150	Хлеб ржаной	35
	Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	35	компот из сухофруктов с сахаром	180	Хлеб ржаной	35	Сок фруктовый	180
	Компот из сухофруктов с	200	Кисель из ягод брусники	180			Кисель из ягод вишни	200		
Полдник	Сдоба обыкновенная	60	Пудинг творожный запеченный	80	Блины	200	Омлет натуральный	130	Полоска песочная с повидлом	80
	Фрукты свежие (груши)	100	Фрукты свежие (апельсины)	100	Молоко сгущ	20	Зеленый горошек	60	Фрукты свежие	100
	Молоко	150	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180	Хлеб пшеничный	40	Молоко	180
			Молоко сгущенное		Фрукты свежие		Чай с сахаром	180		



Дата

Утверждено

 О.А. Проценко
28.12.2020

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 200	Каша гречневая молочная 130	Каша из крупы "Геркулес" молочная 200	Суп молочный с вермишелью 200	Каша Дружба молочная 200
	батон 30	батон 30	батон 30	батон 30	батон 30
	Повидло 15	Масло сливочное 5	Масло сливочное 5	Сыр 22	Масло сливочное 5
	Чай с молоком без сахара 180	Кофейный напиток с молоком с сахаром 180	Чай с сахаром и лимоном 180	Какао с молоком 180	Чай с сахаром 180
Завтрак 2	Фрукты свежие 100	Йогурт 3,2% жирности 125	Сок фруктовый 100	Молоко 150	Сок фруктовый 150
			печенье	вафли 20	Печенье 20
Обед	Огурцы свежие 60		Салат из свеклы с чесноком 60	Помидоры свежие 60	Салат "Степной" 60
	Суп картофельный с макаронами 180	Борщ со сметаной 180	Уха рыбацкая 180	Суп с мясными фрикадельками 180	Суп гороховый с картофелем 180
	Оладьи из печени 60/50	Зразы рыбные рубленые 70	Котлеты из говядины 70	Азу 220	Рулет из говядины с яйцом 220
	Рис отварной 150	Картофельное пюре 150	Пюре из гороха соус красный 120/50	Компот из сухофруктов с сахаром 180	Кисель из ягод брусники 180
	Сок яблочный (консервы) 200	Компот из сухофруктов с сахаром 180	Кисель из ягод облепихи 180		Хлеб ржаной 35
	Хлеб ржаной 30 35	Хлеб ржаной 35	Хлеб ржаной 30 35	Хлеб ржаной 30 35	
Полдник	Коржик молочный 60	Сырники из творога запеченные 150/15	Ватрушка с повидлом 60	Омлет натуральный 100	Пирожки с картошкой 80
	Молоко 150	Фрукты свежие 100	Молоко 150	Фрукты свежие 100	Фрукты свежие 100
	Фрукты свежие 100	Чай с сахаром 180	Фрукты свежие 100	Чай с сахаром 180	Чай с сахаром 180
				Хлеб пшеничный 40	