

Десятидневное меню (зимне-весеннее) МБДОУ ЦРР детского сада №24 «Солнышко» (сад)

1-й день		2-й день		3-й день		4- день		5-й день	
Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша манная на сгущенном молоке	200	Каша рисовая, молочная, вязкая	200/5	Омлет натуральный	110	Суп молочный с гречневой крупой	200	Суп молочный с овсяными хлопьями	200
				Хлеб пшеничный	10				
чай с лимоном	200/8/7	Какао с молоком	200/8	Кофейный напиток с молоком	200/8	Какао с молоком	200/8	Кофейный напиток	200/8
бутерброд со сливочным маслом крестьянским	30/5	бутерброд со сливочным маслом крестьянским	30/5	бутерброд с маслом сливочным крестьянским	30/5	Бутерброд с маслом сливочным крестьянским	30/5	бутерброд с маслом сливочным крестьянским	30/5
				Горошек консервированный	50				
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК	
Сок или фрукты	150/100	Сок или фрукты	150/100	Сок или фрукты	150/100	Сок или фрукты	150/100	Сок или фрукты	150/100
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Борщ вегетарианский	200/10	суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	Суп рассольник Петербургский со сметаной	200/10	Суп картофельный с клецками	200	Суп картофельный с крупой и сметаной	200/10
биточек	80	бефстроганов	60/30	Котлета рубленая из цыплят бройлера	80	Рагу из птицы	55/145	АЗУ	167/33
Каша гречневая рассыпчатая	150/5	макароны отварные	150/5	Пюре картофельное	150				
Соус красный основной	30			Компот из смеси сухофруктов	200/10	Солёный огурец или квашенная капуста	30/50	Солёный огурец или квашенная капуста	30/50
Солёный огурец или квашенная капуста	30/50	Солёный огурец или квашенная капуста	30/50	Солёный огурец или квашенная капуста	30/50	Компот из смеси сухофруктов	200/10		
Кисель из повидла, джема, варенья	200/6	Компот из смеси сухофруктов	200/10	хлеб пшеничный хлеб окский	30 50	хлеб пшеничный, хлеб окский	30 50	Сок	200
хлеб пшеничный хлеб окский	30 50	хлеб пшеничный хлеб окский	30 50					хлеб пшеничный хлеб окский	30 50
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Запеканка из творога со сметаной	100/4	Тефтели рыбные тушеные	100/30	Пудинг из творога с рисом	100/10	Рыба, тушенная в томате с овощами	70/50	Яйцо вареное	40
		Соус сметанный с томатом	30	Молоко кипяченое	180			Икра кабачковая	80
		Капуста тушенная	150			Икра свекольная	150	Ватрушка с повидлом	80
Кофейный напиток	200/8	Чай с сахаром и лимоном	200/8/7			чай с сахаром и лимоном	200/8/7	Какао с молоком	200/8
		хлеб пшеничный	10			хлеб пшеничный	10	хлеб пшеничный	10
УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН	
Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10
Чай с сахаром	150/5	Кисель из смеси сухофрукты	150/5	Чай с сахаром	150/5	Кисель из повидла	150/4	Чай с сахаром	150/5
6-й день		7-й день		8-й день		9-й день		10-й день	
Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	

Каша манная, жидкая на сгущенном. молоке	200	Суп молочный с макаронными изделиями	200	Каша пшеничная вязкая молочная	200	Каша пшенная молочная	200	Омлет натуральный	110
								Кукуруза консервированная	50
								Хлеб пшеничный	10
чай с сахаром и лимоном	200/8/7	Кофейный напиток	200/8	какао с молоком	200/8	Какао с молоком	200/8	Кофейный напиток	200/8
бутерброд со сливочным маслом крестьянским	30/5	бутерброд с маслом сливочным крестьянским	30/5	бутерброд с маслом сливочным крестьянским	30/5	бутерброд с маслом сливочным крестьянским	30/5	бутерброд с маслом сливочным крестьянским	30/5
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК	
Сок или фрукты	150/100	Сок или фрукты	150/100	Сок или фрукты	150/100	Сок или фрукты	150/100	Сок или фрукты	150/100
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	200	Борщ с фасолью и картофелем	200	Лапша домашняя	200	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	200
Шницель	80	Мясо тушеное с соусом	60/75	Суфле из цыплят бройлеров	80	Тефтели мясные	80	Плов рисовый из цыплят	75/140
				Соус молочный для подачи к блюду	30	соус	30		
Макароны отварные	150	Каша гречневая рассыпчатая	150	Пюре гороховое	150	Пюре картофельное	150		
Компот из смеси сухофруктов	200/10	Компот из смеси сухофруктов	200/10	Кисель из смеси сухофруктов	200/10	Компот из смеси сухофруктов	200/10	Компот из смеси сухофруктов	200/10
Солёный огурец или квашенная капуста	30/50	Солёный огурец или квашенная капуста	30/50	Солёный огурец или квашенная капуста	30/50	Солёный огурец или квашенная капуста	30/50	Солёный огурец или квашенная капуста	30/50
хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	30
хлеб окский	50	хлеб окский	50	хлеб окский	50	хлеб окский	50	хлеб окский	50
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Запеканка из творога	100/10	Рыба, тушенная в томате с овощами	70/50	Каша рисовая молочная	200	Вареники ленивые отварные	120	Тефтели рыбные	100
Кофейный напиток	200/8	Картофель отварной	150	Ватрушка с повидлом	80	Молоко сгущенное	20	соус	30
								Пюре картофельное	150
		чай с сахаром и лимоном	200/8/7	кефир	200	Кофейный напиток с молоком	200/8	Какао с молоком	200/8
		хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10			хлеб пшеничный	10
УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН	
Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10
Чай с сахаром	150/5	Кисель из повидла	150/4	Чай с сахаром	150/5	Чай с сахаром	150/5	Чай с сахаром	150/5

Заведующий дс № 24 «Солнышко»

М.В. Жерноклеева

Десятидневное меню (зимне-весеннее) МБДОУ ЦРР детского сада №24 «Солнышко» (ясли)

1-й день		2-й день		3-й день		4-й день		5-й день	
Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша манная на сгущенном молоке	150	Каша рисовая, молочная, вязкая	150/3	Омлет натуральный	55	Суп молочный с гречневой крупой	150	Суп молочный с овсяными хлопьями	150

				Хлеб пшеничный	10				
чай с сахаром и лимоном	150/7/5	Какао с молоком	150/6	Кофейный напиток с молоком	150/6	Какао с молоком	150/6	Кофейный напиток	150/6
бутерброд со сливочным маслом крестьянским	30/5	бутерброд со сливочным маслом крестьянским	30/5	бутерброд с маслом сливочным крестьянским	30/5	Бутерброд с маслом сливочным крестьянским	30/5	бутерброд с маслом сливочным крестьянским	30/5
				Горошек консервированный	50				
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК	
Сок или фрукты	150/100	Сок или фрукты	150/100	Сок или фрукты	150/100	Сок или фрукты	150/100	Сок или фрукты	150/100
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Борщ вегетарианский	150/7	суп картофельный с бобовыми (горохом)	150	Суп рассольник Петербургский со сметаной	150/7	Суп картофельный с клёцками	150	Суп картофельный с крупой и сметаной	150/7
биточек	60	Котлета из говядины	60	Котлета рубленая из цыплят бройлера	60	Рагу из птицы	35/120	Шницель из говядины	60
Каша гречневая рассыпчатая	120/4	макаронные отварные	120/4	Пюре картофельное	120			Пюре картофельное	120
Соус красный основной	30			Компот из смеси сухофруктов	150/8	Солёный огурец или квашенная капуста	20/40	Солёный огурец или квашенная капуста	20/40
Солёный огурец или квашенная капуста	20/40	Солёный огурец или квашенная капуста	20/40	Солёный огурец или квашенная капуста	20/40	Компот из смеси сухофруктов	150/8		
Кисель из повидла, джема, варенья	150/4	Компот из смеси сухофруктов	150/6	хлеб пшеничный хлеб окский	20 40	хлеб пшеничный, хлеб окский	20 40	Сок	150
хлеб пшеничный хлеб окский	20 40	хлеб пшеничный хлеб окский	20 40					хлеб пшеничный хлеб окский	20 40
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Запеканка из творога со сметаной	100/4	Тефтели рыбные тушеные	50/25	Пудинг из творога с рисом	100/10	Рыба тушеная в томате с овощами	50/30	Омлет натуральный	55
		Соус сметанный с томатом	25	Молоко кипяченое	150			Икра кабачковая	60
		Капуста тушеная	120			Икра свекольная	120	Ватрушка с повидлом	80
Кофейный напиток	150/6	Чай с сахаром и лимоном	150/7/5			чай с сахаром и лимоном	150/7/5	Какао с молоком	150/6
		хлеб пшеничный	10			хлеб пшеничный	10	хлеб пшеничный	10
УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН	
Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10
Чай с сахаром	150/5	Кисель из смеси сухофрукты	150/5	Чай с сахаром	150/5	Кисель из повидла	150/4	Чай с сахаром	150/5
6-й день		7-й день		8-й день		9-й день		10-й день	
Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша манная, жидкая на сгущённом. молоке	150	Суп молочный с макаронными изделиями	150	Каша пшеничная вязкая молочная	150	Каша пшеничная молочная	150	Омлет натуральный	55
								Кукуруза консервированная	50
								Хлеб пшеничный	10
чай с сахаром и лимоном	150/7/5	Кофейный напиток с молоком	150/6	какао с молоком	150/6	Какао с молоком	150/6	Кофейный напиток с молоком	150/6
бутерброд со сливочным маслом крестьянским	30/5	бутерброд с маслом сливочным крестьянским	30/5	бутерброд с маслом сливочным крестьянским	30/5	бутерброд с маслом сливочным крестьянским	30/5	бутерброд с маслом сливочным крестьянским	30/5
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК	

Сок или фрукты	150/100	Сок или фрукты	150/100	Сок или фрукты	150/100	Сок или фрукты	150/100	Сок или фрукты	150/100
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	150	Борщ с фасолью и картофелем	150	Лапша домашняя	150	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	150
Шницель	60	Биточки	60	Суфле из цыплят бройлеров	60	Тефтели мясные	60	Плов рисовый из цыплят	50/100
				Соус молочный для подачи к блюду	22,5	соус	30		
Макароны отварные	120	Каша гречневая рассыпчатая	120	Пюре гороховое	120	Пюре картофельное	120		
Компот из смеси сухофруктов	150/8	Компот из смеси сухофруктов	150/8	Кисель из смеси сухофруктов	150/8	Компот из смеси сухофруктов	150/8	Компот из смеси сухофруктов	150/8
Солёный огурец или квашенная капуста	20/40	Солёный огурец или квашенная капуста	20/40	Солёный огурец или квашенная капуста	20/40	Солёный огурец или квашенная капуста	20/40	Солёный огурец или квашенная капуста	20/40
хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20
хлеб окский	40	хлеб окский	40	хлеб окский	40	хлеб окский	40	хлеб окский	40
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Запеканка из творога	100/10	Рыба тушеная в томате с овощами	50/30	Каша рисовая молочная	150	Вареники ленивые отварные	100	Тефтели рыбные	50
Кофейный напиток с молоком	150/6	Картофель отварной	120	Ватрушка с повидлом	80	Молоко сгущенное	16,6	соус	25
								Пюре картофельное	120
		чай с сахаром и лимоном	150/7/5	кефир	150	Кофейный напиток с молоком	150/6	Какао с молоком	150/6
		хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10			хлеб пшеничный	10
УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН	
Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10
Чай с сахаром	150/5	Кисель из повидла	150/4	Чай с сахаром	150/5	Чай с сахаром	150/5	Чай с сахаром	150/5

Заведующий дс № 24 «Солнышко»

М.В.Жерноклеева