


ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

утверждаю
заведующий МАДОУ детского сада № 107

Т.И. Мангурова

день 1	день 2	день 3	день 4	день 5
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом 150/ 200 Чай с молоком 150/200 Батон с маслом 25/6 10:00 сок 100	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом 150/ 200 Кофейный напиток с молоком 150/ 200 Батон с маслом 25/6 Сыр 6/8 10:00 - фрукты 100	Каша пшеничная молочная с маслом 150/200 Какао с молоком 150 200 Батон с маслом 25/6 Сыр 6/ 8 10:00 - фрукты 100	Каша манная молочная со сливочным маслом 150/200 Молоко кипяченое 150/ 200 Батон с маслом 25/6 Сыр 6/8 10.00 – фрукты 100	Запеканка из творога 120/150 Соус сладкий 30 Кофейный напиток с молоком 150/200 Батон с маслом 25/6 10:00 –сок 150
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Помидор порционно 20/ 40 Суп рыбный с крупой 150/200 Жаркое с мясом 150/ 200 Компот из сухофруктов 150/ 200 Хлеб пшеничный 15/ 20 Хлеб ржаной 25/ 40	Огурец свежий 20/40 Щи с мясом со сметаной 150/200 Печень по строгановски 60 /80 Макаронные изделия отварные 120/ 150 Компот из замороженных ягод 150/ 200 Хлеб пшеничный 15/ 20 Хлеб ржаной 25/40	Суп рассольник с мясом со сметаной 150/200 Рыба в молочном соусе (котлета рыбная) 60/80 Пюре картофельное 120/ 150 Компот из кураги 150/200 Хлеб пшеничный 15/ 20 Хлеб ржаной 25/40	Суп геркулесовый на курином бульоне 150/200 Кура порционная отварная 50/70 Свекла тушеная со сметаной 120/150 Компот из изюма 150/200 Хлеб пшеничный 15/ 20 Хлеб ржаной 25/40	Помидор порционно 20/ 40 Свекольник с мясом со сметаной 150/200 Плов с мясом 180/230 Компот из чернославя 150/ 200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 25/ 40
Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник
Салат из капусты и моркови 40/60 Чай с сахаром 150/ 200 Хлеб пшеничный 10/ 15 Сдоба Изюминка 70	Котлета картофельная 80/100 Салат из помидоров с зеленью 40/60 Чай с лимоном , сахаром 150/200 Хлеб пшеничный 10/15 Кондитерское изделие 15/ 30	Салат из отварных овощей (Венегрет)40/60 Чай с сахаром 150/ 200 Хлеб пшеничный 10 Кондитерское изделие 15/30.	Омлет натуральный 100 Кукуруза консервированная 15/30 Чай с сахаром 150/ 200 Хлеб пшеничный 10/15 Кондитерское изделие 15/ 30	Салат из свежей моркови с сахаром 40/60 Снежок 150/200 Хлеб пшеничный 10/15 Коржик Березка 60
день 6	день 7	день 8	день 9	день 10
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша ячневая молочная со сливочным маслом 150/ 200 Чай с молоком 150/200 Батон с маслом 25/6 10:00- сок 100	Каша ассорти молочная со сливочным маслом 150/ 200 Кофейный напиток с молоком 150/200 Батон с маслом 25/6 Сыр 6/ 8 10:00 –фрукты 100	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом 150/200 Молоко кипяченое 150/200 Батон, с маслом. 25/6 Сыр 6/8 10.00 – фрукты 100	Каша кукурузная молочная со сливочным маслом 150/200 Кофейный напиток с молоком 150/200 Батон с маслом 25/6 Сыр 6/8 10.00 – фрукты 100	Суфле из творога 120/150 Сгущенное молоко 15 Какао с молоком 150/200 Батон с маслом 25/6 10.00 – сок 100
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Суп крестьянский с мясом , сметаной 150/200 Фрикадельки (биточек) из мяса 60/80 Рагу из овощей со сметаной 120/150 Кисель 150/ 200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 25/40	Икра кабачковая 20/ 30 Суп овощной мясом, сметаной 150/ 200 Рыба тушеная с овощами 60/ 80 Рис с овощами 120/ 150 Компот из с/фруктов 150/ 200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 25/ 40	Помидор свежий порционно 20/40 Борщ с мясом со сметаной 150/ 200 Бефстроганов из отварного мяса 60/ 80 Макаронные изделия отварные 120/ 150 Компот из кураги 150/ 200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 25/40	Суп лапша с мясом кури 150/ 200 Котлета из мяса кури 60/80 Картофель отварной 120/ 150 Напиток из шиповника 150/200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 25/40	Суп пюре картофельный 150/200 Голубцы ленивые 180 200 Соус молочный 30/50 Компот из чернослива 150/200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 25/40
Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник
Салат из свежей моркови с сахаром 40/ 60 Кефир 150/200 Хлеб пшеничный 10 Кондитерское изделие 15/ 30	Салат из огурцов с зеленью 40/ 60 Чай с лимоном с сахаром 150/200 Хлеб пшеничный 10/15 Кондитерское изделие 15/ 30	Салат из капусты с кукурузой 40/60 Чай с сахаром 150/ 200 Хлеб пшеничный 10 Сдоба 70	Омлет натуральный 100 Зеленый горошек консервированный 20/ 50 Чай с сахаром 150 200 Хлеб пшеничный 10/ 15 Кондитерское изделие 15/30	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом 150/200 Йогурт питьевой 150/ 200 Хлеб пшеничный 10/ 15 Кондитерское изделие 15/30

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176582781996954633309689447090513787464982389952

Владелец Мантурова Татьяна Игоревна

Действителен с 05.03.2024 по 05.03.2025