


Утверждаю:

Заведующий МБДОУ ЦРР

д/с № 51 «Росток»

 А.В. Маликова

«03» октября 2012 г.

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3 – 7 ЛЕТ

МЕЖСЕЗОННОЕ. ЗИМА – ВЕСНА

меню составлено на основе «Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания». Киев; Москва, 2003 год.
«Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях». Могильный М. П.

Десятидневное меню для детей 3-7 лет зима - весна 2022г. - 2023г.

	ДЕНЬ 1		ДЕНЬ 2		ДЕНЬ 3		ДЕНЬ 4		ДЕНЬ 5	
	Наименование блюда		Наименование блюда		Наименование блюда		Наименование блюда		Наименование блюда	
Завтрак	Макаронные отварные с сыром	180	Суп молочный с верблюсовой крупой	200	Каша молочная с манной крупой	200	Суп молочный с пшеничной крупой	200	Суп молочный с макаронными изделиями	200
	Кофе напиток с молоком саущенным	200	Какао с молоком	200	Молоко кипяченое	200	Кофе напиток с молоком	200	Молоко кипяченое	200
	Бутерброд с маслом	20/7	Бутерброд с маслом	20/7	Батон с повидлом	30/20	Бутерброд с маслом	20/7	Бутерброд с маслом	20/7
10.00	Кефир	100	Сок фруктовый	100	Свежие фрукты (яблоко)	150	Сок фруктовый	100	Кефир	100
Обед	Суп картофельный с горохом	200	Борщ из св.капусты с картофелем и сметаной	200	Суп крестьянский с крупой	200	Рассольник ленинградский	200	Суп из овощей	200
	Котлета мясная	80	Бефстроганов	80	Кнели куриные с рисом	80	Гуляш из отварного мяса	80	Котлета из птицы	80
	Икра свекольная	150	Каша пшеничная с маслом	150	Капуста тушеная	150	Каша гречневая с маслом	150	Картофельное пюре	150
	Компот из смеси сухофруктов	200	Квашенные овощи	40	Компот из смеси сухофруктов	200	Квашенные овощи	40	Квашенные овощи	40
	Хлеб	25/40	Кисель из повидла	200	Хлеб	25/40	Кисель из концентрата фруктов	200	Компот из смеси сухофруктов	200
			Хлеб	25/40			Хлеб	25/40	Хлеб	25/40
Полдник	Омлет натуральный	80	Хлебцы рыбные	80	Сырники из творога	120	Омлет натуральный	80	Каша молочная с рисовой крупой	200
	Икра кабачковая (консервы)	50	Картофельное пюре	150	Повидло	15	Икра кабачковая (консервы)	50	Чай с сахаром	200
	Чай с лимоном	200	Чай с лимоном	200	Какао с молоком	200	Какао с молоком	200		
	Хлеб пшеничный	20	Хлеб	20			Хлеб пшеничный	20		
Ужин	Сок фруктовый	150	Напиток шиповника	200	Сок фруктовый	150	Напиток шиповника	200	Сок фруктовый	150
	Кондитерские изделия	30	Кондитерские изделия	30	Кондитерские изделия	30	Кондитерские изделия	30	Булочка из сдобного теста	60

	ДЕНЬ 6		ДЕНЬ 7		ДЕНЬ 8		ДЕНЬ 9		ДЕНЬ 10	
	Наименование блюда		Наименование блюда		Наименование блюда		Наименование блюда		Наименование блюда	
Завтрак	Макаронные отварные с сыром	180	Каша молочная с манной крупой	200	Суп молочный с верблюсовой крупой	200	Каша молочная с рисовой крупой	200	Суп молочный с пшеничной крупой	200
	Кофе напиток с молоком саущенным	200	Молоко кипяченое	200	Кофе напиток с молоком	200	Какао с молоком	200	Кофе напиток с молоком	200
	Бутерброд с маслом	20/7	Бутерброд с маслом	20/7	Батон с повидлом	30/20	Бутерброд с маслом	20/7	Бутерброд с маслом	20/7
10.00	Сок фруктовый	100	Кефир	100	Свежие фрукты (яблоко)	150	Сок фруктовый	100	Кефир	100
Обед	Суп с рыбными консервами	200	Суп картофельный с горохом	200	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	Рассольник ленинградский	200	Щи из св.капусты с картофелем	200
	Шницель мясной	80	Бефстроганов	80	Кнели куриные с рисом	80	Мясо тушенное	80	Плов с мясом	240
	Рагу овощное	150	Каша пшеничная с маслом	150	Пюре из свеклы	150	Картофельное пюре	150	Квашенные овощи	40
	Компот из смеси сухофруктов	200	Квашенные овощи	40	Компот из смеси сухофруктов	200	Квашенные овощи	40	Компот из смеси сухофруктов	200
	Хлеб	25/40	Кисель из концентрата фруктов	200	Хлеб	25/40	Кисель из повидла	200	Хлеб	25/40
			Хлеб	25/40			Хлеб	25/40		
Полдник	Сырники из творога	120	Хлебцы рыбные	80	Суп молочный с гречневой крупой	200	Запеканка из творога со сметаной	140/10	Омлет натуральный	80
	Повидло	15	Картофельное пюре	150	Какао с молоком	200	Чай с сахаром	200	Икра кабачковая (консервы)	50
	Кефир	200	Чай с лимоном	200					Чай с лимоном	200
			Хлеб	20					Хлеб	20
Ужин	Напиток шиповника	200	Сок фруктовый	150	Сок фруктовый	150	Напиток шиповника	200	Сок фруктовый	150
	Кондитерские изделия	30	Кондитерские изделия	30	Булочка из сдобного теста	60	Кондитерские изделия	30	Кондитерские изделия	30