Примерное двадцатидневное меню :Дети 3-7лет Утверждаю : МБДОУ –детский сад №168 ----------Т.Н. Салимова

День 1 Завтрак	**День 2 Завтрак**	**День 3 Завтрак**	**День 4 Завтрак**	**День 5 Завтрак**
Каша Пшеничная молочная с маслом сливочным 180 Кофейный напиток с молоком180 Батон с маслом сливочным с сыром35/5/13 10.00Снежок150	Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным 180 Какао с молоком 180 Батон с маслом сливочным 35/6 Сыр порционный 13 10.00 фрукты -140	Каша Ячневая молочная с маслом сливочным 180 Кофейный напиток б/з молока 180 Батон с маслом сливочным 35/5 10.00 – фрукты 140	Каша Пшенная молочная с маслом сливочным 180 Кофейный напиток с молоком 180 Батон с маслом сливочным 35/5 Сыр-13 10.00 – сок фруктовый 150	Каша (Рисовая молочная с маслом сливочным 180 Какао с молоком 180 Батон с маслом сливочным 35/5 Джем 20 10.00 – фрукты 150
Обед	**Обед**	**Обед**	**Обед**	**Обед**
Суп – Щи со сметаной 180 Биточки(котлеты) мясные мясо говядина 70 Каша перловая 150 Соус (подлив) 20 Компот курага изюм180 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржаной 40	Суп Свекольник сметаной 180 Котлета из мяса говядины 70 Макароны отварные 150 Компот из кураги и изюма 180 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржаной 40	Суп- Крестьянский с крупой 180 Рагу овощное (или замена пюре картофельное)150 Биточки(котлеты) из мяса70 Компот из с/ф 180 Хлеб пшеничный40 Хлеб ржаной 40	Салат из отварной свеклы с растительным маслом 40 Суп-овощной с мясом куры 180 Плов из филе индейки150 Напиток из вишни 180 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржаной 40	Суп – пюре гороховый 180 Жаркое по -домашнему 150 Компот из шиповника 180 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржаной 40 Салат из белокочанной капусты с консервированной кукурузы40
Уплотненный полдник	**Уплотненный полдник**	**Уплотненный полдник**	**Уплотненный полдник**	**Уплотненный полдник**
Запеканка из творога 130 Молоко сгущенное /20 Чай с сахаром180 Хлеб пшеничный 30 Печенье 30	Тефтели рыбные 70 Картофельное пюре 100 Чай 180 Пряник- 30 Хлеб пшеничный 20	Омлет запеченный (натуральный0 150 Чай с лимоном 180 Вафли 30 Хлеб пшеничный 20	Гарнир овощной сборный 150 Чай с сахаром180 Печенье 30 Хлеб пшеничный 20	Макароны отварные с сыром 150 Чай с лимоном 180 Пряник 30 Хлеб пшеничный 20
день 6	**день 7**	**день 8**	**день 9**	**день 10**
Завтрак	**Завтрак**	**Завтрак**	**Завтрак**	**Завтрак**
Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным 180 Кофейный напиток 180 Батон с маслом сливочным с сыром 35/5 13 10.00 Йогурт питьевой 150	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150 Какао с молоком 150 Батон с маслом сливочным с сыром 35/ 510 10.00 – фрукты 140	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным 180 Чай с молоком 180 Повидло(джем) 20 Батон с маслом сливочным 35/5 10.00 – сок фруктовый150	Каша ячневая молочная 150 Какао с молоком 150 Батон с маслом сливочным 35/6 Сыр 13	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 180 Кофейный напиток 180 Батон с маслом сливочным 35/6 10.00 – сок фруктовый 150(фрукты)
Обед	**Обед**	**Обед**	**Обед**	**Обед**
Суп-Пюре из разных овощей 180 Котлета мясная (замена пудинг из мяса) 70 Греча с овощами140 Напиток из шиповника 180 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржаной 40	Салат из белокочанной капусты с раст. маслом 40 Суп-Рассольник со сметаной180 Запеканка картофеля фарш-ая отварным мясом гов, соус смет. 150 Компот из чернослива и изюма 180 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржаной 40	Суп – Лапша с мясом 180 Бигус с филе индейки 180 Кисель из концентрата плодового ягодного 180 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржаной 40	Суп с мясом куры овощной 180 Котлета из мяса кур. 70 Соус молочный 20 Каша гречневая рассыпчатая с овощами 150 Компот из с/ф и шиповника180 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржаной 40	Суп – Гороховый 180 Картофельное пюре 150 Биточки мясные 70 Компот из с/ф 850 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржаной 40
Уплотненный полдник	**Уплотненный полдник**	**Уплотненный полдник**	**Уплотненный полдник**	**Уплотненный полдник**
Запеканка творожная 130 Молоко сгущенное 25 Чай с сахаром 180 Хлеб пшеничный 20	Суфле рыбное 100 Соус молочный с овощами 25 Чай180 Хлеб пшеничный 20 Вафли 30	Омлет натуральный с сыром 150 Чай с сахаром 180 Хлеб пшеничный 20 Кукуруза консервированная 25 Печенье– 30	Гарнир овощной сборный110 Чай с молоком 150 Хлеб пшеничный 30 Пряник -20	Салат из белокочанной капустыс кукурузой консервированной 60 Чай с сахаром и лимоном 180 Хлеб пшеничный 20 Пряник 30

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 454134806024145915483320249861407208698181236602

Владелец Салимова Татьяна Николаевна

Действителен С 14.08.2024 по 14.08.2025