

Утверждаю  Морозова И.А.
заведующий МБДОУ 355
Приказ № 20 от 22.03.2021

Примерное десятидневное меню

Удостоверяю
Записка на творчество 20/20
78/70
Супермодель 20/20
Скоро 170/130
Компьютерное издание 20/20
Художественный 20/20

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИЛОЖЕНИЕ № 1

МБДОУ – детский сад № 355

заведующий МБДОУ – детского сада № 355

/И.А.Морозова/

приказ от «11»января 2016 г. №1-9

день 1	день 2	день 3	день 4	день 5
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом 200/150 Батон с маслом 45/29 Какао с молоком 200/150	Каша овсяная молочная с маслом сливочным 200/150 Батон с маслом с сыром 30/6/9 Кофейный напиток на молоке 200/150	Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным 200/150 Батон с маслом сливочным 45/29 Какао с молоком 200/150	Каша молочная ассорти со слив. маслом 200/150 Батон с маслом 45/29 Чай на молоке 200/150	Каша манная молочная 180/130 Батон с маслом 45/29 Сыр 10 Кофейный напиток с молоком 200/150
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
10.00 – сок 100	10.00 – сок 150	10.00 – сок 100	10.00 – фрукты 150	10.00 – сок 125
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салат из моркови с растительным маслом 60/40 или (салат из припущенной моркови и яблок) Суп картофельный с макаронными изделиями 200/150 Капуста тушеная 150/120 Котлета из говядины 70/60 Компот из кураги 200/150 Хлеб пшеничный 20/20 Хлеб ржаной 30/30	Овощи свежие 30 Суп гороховый 200/150 Картофельное пюре 150/120 Печень говяжья по – строгоновски 90/60 Напиток из шиповника 200/150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржаной 30	Салат из отварной свеклы с растител. маслом 45 Суп крестьянский с крупой 200/150 Рагу из овощей 150/120 Суфле из мяса говядины 60 Компот из сухофруктов 200/150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржаной 30	Салат из свежей капусты 60/40 или (Салат из свежих овощей) Свекольник вегетарианский со сметаной 200/150 Каша гречневая рассыпчатая 150/120 Гуляш из мяса куры 60 Компот из изюма 200/150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржаной 40/30	Салат из моркови и яблок с растительным маслом 60/30 Суп щи со сметаной 200/150 Запеканка картофельная с отварным мясом 180/150 Соус сметанный 60 Компот из чернослива 200/150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржаной 40/30
Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник
Запеканка из творога с рисом 70/70 Сгущённое молоко 20/20 Снежок 170/130 Кондитерское изделие 20/15 Хлеб пшеничный 20/20	Ватрушка с повидлом 60 Чай с молоком 200/150 Фрукты 150	Запеканка из творога 70 Хлеб пшеничный 20 Сгущённое молоко 15 Кефир 150/130 Кондитерское изделие 20/15	Кондитерское изделие 10 Суфле из рыбы 80 Сок 125 Хлеб пшеничный 20	Ватрушка с яблоком 60 Фрукты – 150 Чай с лимоном 200/150

день 6	день 7	день 8	день 9	день 10
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша Дружба из геркулеса и риса с маслом сливочным 200/150 Батон с маслом 45/29 Какао с молоком 200/150	Каша пшенная молочная с маслом сливочным 200/150 Батон с маслом 45/29 Яйцо отварное 1 Кофейный напиток с молоком 200/150	Макаронные изделия отварные с сыром 150/130 Кофейный напиток с молоком 200/150 Батон с маслом 45/29	Каша ячневая молочная со сливочным маслом 200/150 Батон с маслом 45/29 Кофейный напиток с молоком 200/150	Каша гречневая молочная со сливочным маслом 200/150 Батон с маслом 45/29 Кофейный напиток с молоком 200/150
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
10.00 – сок 100	10.00 – сок 100	10.00 – сок 100	10.00 – фрукты 150	10.00 – сок 100
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салат из отварного картофеля репч лука, сол огурц. с раститель маслом 60/30 Суп из овощей вегетарианский 200/150 Гуляш из отварного мяса говядины 80/60 Макаронные изделия отварные с овощами 150/120 Компот из кураги 200/150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржаной 40/30	Салат из капусты с морковью с растит маслом 60/30 или (салат из свежих овощей) Рассольник со сметаной 200/150 Картофельное пюре розовое 150/120 Рыба, тушенная с овощами 60 Компот из сухофруктов 200/150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржаной 40/30	Салат из моркови с изюмом раст. маслом 60/30 или салат из припущенной моркови и яблок Суп пюре картофельный 200/150 Голубцы ленивые в молочном соусе 230/180 Напиток из шиповника 200/150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржаной 30	Свежие овощи 30 Борщ со сметаной 200/150 Плов из мяса куры 230/180 Компот из чернослива и изюма 200/150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржаной 40/30	Салат из отварной свеклы сяблоком, растительным маслом 60/30 Суп из разных овощей со сметаной 200/150 Жаркое по - домашнему 150/120 Компот из яблок и кураги 200/150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржаной 40/30
Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник
Суфле твороженное 80/60 Йогурт питьевой 150/130 Сгущённое молоко 20/20 Кондитерское изделие 20/15 Хлеб пшеничный 20/20	Ватрушка со сметаной 70/60 Чай с сахаром 200/150 Фрукты – 150	Пудинг из творога 80/60 Кефир 170/150 Сгущённое молоко 20/20 Кондитерское изделие 20/15 Хлеб пшеничный 20/20	Шанежка с картофелем 80/60 Чай с лимоном 200/150 Хлеб пшеничный 20 Салат из отварных овощей 60/30	Омлет натуральный 150 Кондитерское изделие 20/15 Хлеб пшеничный 20/ Чай с молоком 200/150

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575820

Владелец Морозова Ирина Александровна

Действителен с 31.03.2022 по 31.03.2023