

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(ФИО)

(дата)

(должность)

(ФИО)

(дата)

План-меню: Меню обычное (осенне-зимний)

Категория: Детский сад (о-з)

День 1		День 2		День 3		День 4		День 5	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша рассыпчатая (гречневая)	180	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	200	Омлет натуральный	170	Каша рисовая молочная жидкая	200	Каша молочная жидкая ("Дружба")	200
Чай с сахаром	180	Кофейный напиток с молоком	180	Бутерброд с маслом	30	Какао с молоком	180	Чай с молоком и сахаром	180
Бутерброд с маслом	30	Бутерброд с маслом	30	Чай с молоком и сахаром	180	Бутерброд с сыром -	35	Бутерброд с сыром	35
Яйца вареные	40								
ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2	
Плоды свежие	100	Сок фруктовый	180	Плоды свежие	100	Сок фруктовый	180	Плоды свежие	100
						Вафли	25		
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Салат из кукурузы (консервированной)	60	Икра свекольная	60	Салат из горошка зеленого консервированного	60	Икра морковная	50	Икра кабачковая	60
Суп из овощей	180	Уха с крупой	180	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	Рассольник со сметаной	180	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180
Макаронные изделия отварные с маслом	130	Картофельное пюре	150	Свекла тушеная	150	Котлета рубленая из мяса кур	80	Картофельная запеканка с мясом	170
Котлеты из говядины	80	Печень по-строгановски	80	Тефтели из говядины с рисом ("ежики")	70	Рагу из овощей - 18/3	80	Соус томатный с овощами	30
Компот из смеси сухофруктов	180	Компот из смеси сухофруктов	180	Компот из смеси сухофруктов	180	Компот из смеси сухофруктов	180	Компот из свежих плодов	180
Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной - 115	37
Соль йодированная - б/н	1	Соль йодированная - б/н	1					Соль йодированная - б/н	1
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Каша манная молочная жидкая	200	Пирожок печеный с повидлом	85	Сок фруктовый	180	Запеканка из творога	120	Вареники ленивые	150
Кофейный напиток с молоком	180	Йогурт в стакане	115	Макаронные изделия отварные с маслом	130	Соус сметанный сладкий	30	Соус сметанный сладкий	30
Батон нарезной	25	Чай с молоком и сахаром	180	Батон нарезной	25	Напиток "Витошка"	190	Молоко кипяченое	180
		Конфеты глазированные	20	Рыба припущенная с овощами	80	Батон нарезной	25	Батон нарезной	25
День 6		День 7		День 8		День 9		День 10	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Макаронные изделия отварные с сыром	180	Каша пшеничная молочная жидкая	170	Каша манная молочная жидкая	200	Омлет натуральный	170	Каша гречневая молочная жидкая	200
Яйца вареные	40	Чай с молоком и сахаром	180	Кофейный напиток с молоком	180	Какао с молоком	180	Кофейный напиток с молоком	180
Чай с сахаром	180	Бутерброды с сыром	35	Бутерброд с маслом	30	Бутерброд с сыром	35	Бутерброд с маслом	30
Бутерброд с маслом	30								
ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2	
Плоды свежие	100	Плоды свежие	100	Плоды свежие	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	180
						Вафли	25	Печенье	40
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Икра морковная	50	Салат из горошка зеленого консервированного	60	Икра свекольная	60	Икра кабачковая	60	Салат из свеклы отварной	60
Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	Суп с рыбными консервами	180	Суп картофельный с клецками	180	Свекольник со сметаной	180	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	180
Капуста тушеная	130	Картофельное пюре	150	Рис отварной	150	Картофельное пюре	150	Рагу из овощей	150
Биточки рыбные	80	Оладьи из печени	80	Гуляш из говядины	80	Шницель из курицы	70	Котлета рыбная	80
Компот из смеси сухофруктов	180	Компот из смеси сухофруктов	180	Компот из свежих плодов	180	Компот из смеси сухофруктов	180	Компот из смеси сухофруктов	180
Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной - 115	37
Соль йодированная - б/н	1			Соль йодированная - б/н	1	Соль йодированная - б/н		Соль йодированная - б/н	1
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Суп молочный с крупой	180	Плюшка новомосковская	65	Оладьи с яблоками	100	Сырники из творога	100	Ватрушка с творогом	85
Гренки (сухарики)	30	Чай с сахаром	180	Молоко стуженное	20	Молоко стуженное	20	Чай с молоком и сахаром	180
Кофейный напиток с молоком	180	Конфеты глазированные	20	Молоко кипяченое	180	Напиток "Витошка"	190		
		Йогурт в стакане	115			Плоды свежие	100		
						Батон нарезной	25		