

Таблица ПЛАН-МЕНЮ

летне-осенний период

для МБДОУ с 8 -10,5 часовым пребыванием для детей младшего раннего возраста (от 1-го до 3х лет)

1-я неделя / 1. понедельник

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Каша молочная ячневая (жидкая)	.140
2	Печенье	.025
3	Масло сливочное	.005
4	Чай с молоком сгущеным	.150

1-я неделя / 2. вторник

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Каша геркулесовая молочная (жидкая)	.140
2	Масло сливочное	.005
3	Хлеб пшеничный	.020
4	Какао на молоке	.140

1-я неделя / 3. среда

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Каша молочная манная (жидкая)	.120
2	Масло сливочное	.005
3	Сыр	.006
4	Хлеб пшеничный	.020
5	Кофейный напиток с молоком	.150

1-я неделя / 4. четверг

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Каша молочная рисовая (жидкая)	.140
2	Масло сливочное	.005
3	Сыр	.006
4	Хлеб пшеничный	.020
5	Какао на молоке	.140

1-я неделя / 5. пятница

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Пудинг творожно-яблочный с соусом молочным	.080/16
2	Масло сливочное	.005
3	Кофейный напиток с молоком	.150
4	Хлеб пшеничный	.030

2ой завтрак		
1	Сок абрикосовый	.120
обед		
1	Огурец свежий порционно	.050
2	Суп картофельный с вермишелью и зеленью	.200/6
3	Котлета из птицы	.040
4	Капуста тушеная	.100
5	Компот из сухофруктов	.150
6	Хлеб ржаной	.030

2ой завтрак		
1	Сок яблочный	.100
обед		
1	Помидор свежий порционно	.050
2	Рассольник ленинградский с зеленью	.200/6
3	Голубцы ленивые	.140/26
4	Кисель плодоваягодный	.150
5	Хлеб ржаной	.030

2ой завтрак		
1	Сок виноградный	.120
обед		
1	Редис свежий	.050
2	Борщ из свежей капусты со сметаной и зеленью	.200/5/6
3	Гуляш из говядины	.050/50
4	Картофельное пюре	.100
5	Чай с сахаром	.150/10
6	Хлеб ржаной	.030

2ой завтрак		
1	Йогурт	.150
обед		
1	Огурец свежий порционно	.050
2	Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью	.200/5/6
3	Биточки говяжьи паровые	.040
4	Макароны отварные с овощами	.080
5	Компот из изюма	.150
6	Хлеб ржаной	.030

2ой завтрак		
1	Сок персиковый	.120
обед		
1	Редис свежий	.050
2	Лапша домашняя с зеленью	.200/6
3	Суфле куриное	.040
4	Картофельное пюре	.100
5	Чай с сахаром	.150/10
6	Хлеб ржаной	.030

уплотненный полдник		
1	Белип с молочным соусом	.060/30
2	Кефир	.150
3	Хлеб пшеничный	.030
4	Апельсин	.060

уплотненный полдник		
1	Запеканка морковно-творожная с соусом молочным сладким	.075/25
2	Чай с лимоном	.150/6
3	Хлеб пшеничный	.020
4	Груши	.060

уплотненный полдник		
1	Огурец свежий порционно	.050
2	Рыба жареная	.050
3	Ряженка	.150
4	Хлеб пшеничный	.020
5	Банан	.060

уплотненный полдник		
1	Омлет с зеленым горошком	.090
2	Пирожки печеные с яблоками	.040
3	Чай с джемом	.150/15
4	Хлеб пшеничный	.020
5	Киви	.080

уплотненный полдник		
1	Свекла, тушенная в соусе	.080
2	Булочка Школьная	.040
3	Ряженка	.150
4	Яблоки	.060

Таблица ПЛАН-МЕНЮ
летне-осенний период
для МБДОУ с 8 -10,5 часовым пребыванием для детей младшего раннего возраста (от 1-го до 3х лет)

2-я неделя / 1. понедельник

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Каша молочная "Дружба"	.100
2	Печенье	.025
3	Масло сливочное	.005
4	Чай с сахаром	.150/10

2-я неделя / 2. вторник

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Каша молочная пшениная (жидкая)	.120
2	Масло сливочное	.005
3	Хлеб пшеничный	.030
4	Какао на молоке	.140

2-я неделя / 3. среда

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Вермишель молочная	.140
2	Масло сливочное	.005
3	Хлеб пшеничный	.030
4	Кофейный напиток с молоком	.150

2-я неделя / 4. четверг

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Каша пшеничная молочная (жидкая)	.120
2	Масло сливочное	.005
3	Хлеб пшеничный	.035
4	Чай с молоком	.150

2-я неделя / 5. пятница

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Каша молочная манная (жидкая)	.120
2	Масло сливочное	.005
3	Сыр	.006
4	Кофейный напиток с молоком	.150
5	Хлеб пшеничный	.030

2ой завтрак

1	Сок вишневый	.120
---	--------------	------

2ой завтрак

1	Йогурт	.150
---	--------	------

2ой завтрак

1	Сок яблочный	.120
---	--------------	------

2ой завтрак

1	Сок апельсиновый	.120
---	------------------	------

2ой завтрак

1	Ряженка	.150
---	---------	------

обед

1	Помидор свежий порционно	.050
2	Суп картофельный с горохом и зеленью	.200/6
3	Тефтели из говядины с красным соусом	.050/50
4	Макаронны отварные с овощами	.100
5	Компот из яблок	.150
6	Хлеб ржаной	.030

обед

1	Огурец свежий порционно	.050
2	Суп из овощей	.200
3	Котлета из птицы	.040
4	Картофельное пюре	.100
5	Компот из кураги	.150
6	Хлеб ржаной	.030

обед

1	Помидор свежий порционно	.050
2	Суп картофельный с мясными фрикадельками и зеленью	.200/20/6
3	Оладьи из печени	.040
4	Рис с овощами	.090
5	Чай с сахаром	.150/10
6	Хлеб ржаной	.030

обед

1	Сельдь с луком и маслом	.020/10/2
2	Борщ с фасолью и сметаной и зеленью	.200/5/6
3	Азу из говядины с картофелем	.040/40/158
4	Чай с лимоном	.150/6
5	Хлеб ржаной	.030

обед

1	Помидор свежий порционно	.050
2	Суп картофельный с клецками и зеленью	.200/6
3	Биточки говяжьи	.050
4	Кабачки тушеные в сметане	.100
5	Компот из сухофруктов	.150
6	Хлеб ржаной	.030

уплотненный полдник

1	Салат "Мозаика"	.050
2	Омлет запеченый с сыром	.060
3	Кефир	.150
4	Хлеб пшеничный	.030
5	Нектарин	.060

уплотненный полдник

1	Запеканка из творога с молочным соусом	.080/24
2	Чай с лимоном	.150/6
3	Хлеб пшеничный	.025
4	Персик	.080

уплотненный полдник

1	Салат картофельный с кукурузой и морковью	.050
2	Галки рыбные	.060/22
3	Ряженка	.150
4	Пирожки печеные с повидлом	.045
5	Хлеб пшеничный	.025
6	Слива	.080

уплотненный полдник

1	Вареники "ленивые" с соусом	.070/15
2	Йогурт	.150
3	Пирожки печеные с капустой	.040
4	Хлеб пшеничный	.030
5	Банан	.080

уплотненный полдник

1	Рыба отварная под маринадом	.050/80
2	Картофельное пюре	.070
3	Чай с джемом	.150/10
4	Груши	.060

Таблица ПЛАН-МЕНЮ
летне-осенний период
для МБДОУ с 8 -10,5 часовым пребыванием для детей младшего раннего возраста (от 1-го до 3х лет)

3-я неделя / 1. понедельник

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Каша гречневая с молоком (вязкая)	.120
2	Масло сливочное	.005
3	Хлеб пшеничный	.030
4	Чай с молоком сгущеным	.150

3-я неделя / 2. вторник

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Горошек консервированный отварной с маслом	.080
2	Яйцо вареное	.040 (1шт)
3	Масло сливочное	.007
4	Сыр	.009
5	Какао с молоком	.150
6	Хлеб пшеничный	.020

3-я неделя / 3. среда

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Каша перловая молочная (жидкая)	.120
2	Масло сливочное	.005
3	Кофейный напиток с молоком	.150
4	Хлеб пшеничный	.020

3-я неделя / 4. четверг

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Вареники "ленивые" с соусом	.080/16
2	Масло сливочное	.005
3	Чай с молоком	.150
4	Хлеб пшеничный	.020

3-я неделя / 5. пятница

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Каша молочная кукурузная (жидкая)	.140
2	Масло сливочное	.005
3	Сыр	.006
4	Чай с молоком	.150
5	Хлеб пшеничный	.030

2ой завтрак

1	Сок абрикосовый	.120
---	-----------------	------

2ой завтрак

1	Йогурт	.150
---	--------	------

2ой завтрак

1	Сок яблочный	.100
---	--------------	------

2ой завтрак

1	Сок персиковый	.120
---	----------------	------

2ой завтрак

1	Кефир	.120
---	-------	------

обед

1	Икра кабачковая	.050
2	Щи по-уральски со сметаной и зеленью	.200/4/6
3	Котлета "Здоровье"	.055
4	Картофельное пюре	.100
5	Компот из сухофруктов	.150
6	Хлеб ржаной	.030

обед

1	Огурец свежий порционно	.050
2	Борщ (без картофеля) со сметаной и зеленью	.200/4/6
3	Печень говяжья по-строгановски	.040/40
4	Рис припущенный	.080/3
5	Кисель из сока	.150
6	Хлеб ржаной	.030

обед

1	Редис свежий	.050
2	Суп картофельный с перловкой и зеленью	.200/6
3	Котлета запеченая с соусом	.040
4	Макароны отварные с овощами	.080
5	Чай с сахаром	.150/10
6	Хлеб ржаной	.030

обед

1	Огурец свежий порционно	.050
2	Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью	.200/5/6
3	Пудинг из говядины	.050
4	Картофель отварной с зеленью	.110
5	Компот из чернослива	.150
6	Хлеб ржаной	.030

обед

1	Помидор свежий порционно	.050
2	Суп картофельный с вермишелью и зеленью	.200/6
3	Куры отварные	.040
4	Овощи тушеные в соусе	.100/25
5	Компот из яблок	.150
6	Хлеб ржаной	.030

уплотненный полдник

1	Рыба запеченая под омлетом	.080
2	Кефир	.150
3	Булочка Школьная	.040
4	Киви	.080

уплотненный полдник

1	Оладьи из творога с соусом сметанным	.060/22
2	Чай с джемом	.150/10
3	Хлеб пшеничный	.020
4	Абрикос	.080

уплотненный полдник

1	Свекла тушеная с яблоками	.080
2	Суфле из рыбы	.060
3	Ряженка	.150
4	Хлеб пшеничный	.020
5	Банан	.060

уплотненный полдник

1	Котлеты морковные со сметанным соусом	.080/24
2	Булочка Домашняя	.050
3	Кисель плодовая годный	.150
4	Хлеб пшеничный	.020
5	Яблоки	.060

уплотненный полдник

1	Рыба припущенная	.050
2	Картофельное пюре	.070
3	Чай с джемом	.150/15
4	Хлеб пшеничный	.020
5	Груши	.060

Таблица ПЛАН-МЕНЮ
летне-осенний период
для МБДОУ с 8 -10,5 часовым пребыванием для детей младшего раннего возраста (от 1-го до 3х лет)

4-я неделя / 1. понедельник

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Каша геркулесовая молочная (жидкая)	.120
2	Масло сливочное	.005
3	Печенье	.025
4	Чай с молоком сгущенным	.150

4-я неделя / 2. вторник

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Вермишель молочная	.140
2	Сыр	.007
3	Масло сливочное	.005
4	Какао с молоком	.150
5	Хлеб пшеничный	.020

4-я неделя / 3. среда

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Каша молочная ячневая (жидкая)	.120
2	Масло сливочное	.005
3	Сыр	.007
4	Кофейный напиток с молоком	.150
5	Хлеб пшеничный	.020

4-я неделя / 4. четверг

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Каша молочная рисовая (жидкая)	.120
2	Масло сливочное	.005
3	Чай с молоком	.150
4	Хлеб пшеничный	.020
5	Конфета шоколадная	.035 /1шт

4-я неделя / 5. пятница

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции
1	2	3
завтрак		
1	Каша гречневая с молоком (вязкая)	.120
2	Масло сливочное	.005
3	Кофейный напиток с молоком	.150
4	Хлеб пшеничный	.030

2ой завтрак

1	Сок вишневый	.120
---	--------------	------

2ой завтрак

1	Сок персиковый	.120
---	----------------	------

2ой завтрак

1	Чай с сахаром	.150/10
---	---------------	---------

2ой завтрак

1	Сок персиковый	.120
---	----------------	------

2ой завтрак

1	Йогурт	.150
---	--------	------

обед

1	Помидор свежий порционно	.050
2	Рассольник домашний с зеленью	.200/6
3	Котлеты из свинины паровые	.050
4	Запеканка овощная с соусом	.100/30
5	Компот из изюма	.150
6	Хлеб ржаной	.030

обед

1	Огурец свежий порционно	.050
2	Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью	.200/5/6
3	Плов из птицы	120 (80/40)
4	Компот из груш	.150
5	Хлеб ржаной	.030

обед

1	Помидор свежий порционно	.050
2	Суп крестьянский с пшеном и зеленью	.200/6
3	Рулет мясной с луком и яйцом	.050
4	Картофельное пюре	.100
5	Компот из сухофруктов	.150
6	Хлеб ржаной	.030

обед

1	Огурец свежий порционно	.050
2	Суп картофельный с рыбными фрикадельками и зеленью	.200/12/6
3	Гуляш из говядины	.040/40
4	Капуста тушеная	.100
5	Чай с сахаром	.150/10
6	Хлеб ржаной	.030

обед

1	Помидор свежий порционно	.050
2	Борщ (без капусты) со сметаной и зеленью	.200/4/6
3	Шницель	.050
4	Макароны отварные с овощами	.080
5	Чай с сахаром	.150/10
6	Хлеб ржаной	.030

уплотненный полдник

1	Котлета рыбная запеченная	.060
2	Картофель в молоке	.100
3	Кефир	.150
4	Хлеб пшеничный	.030
5	Персик	.080

уплотненный полдник

1	Сырники с морковью и молочным соусом	.080/8
2	Чай с лимоном	.150/6
3	Хлеб пшеничный	.020
4	Яблоки	.050

уплотненный полдник

1	Омлет с морковью запеченный	.060
2	Пирожки печеные с яблоками	.040
3	Ряженка	.150
4	Хлеб пшеничный	.020
5	Слива	.080

уплотненный полдник

1	Пудинг творожный с соусом сметанным	.060/10
2	Йогурт	.150
3	Хлеб пшеничный	.020
4	Банан	.080

уплотненный полдник

1	Сельдь с луком и маслом	.020/10/2
2	Картофельное пюре	.090
3	Булочка "Веснушка"	.060
4	Чай с джемом	.150/10
5	Нектарин	.080