

Таблица ПЛАН-МЕНЮ

зимне-весенний период

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ "Детский сад "Роса"

для МБДОУ с 10,5-12 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (от 1-го до 3-х лет) _____ Е.Е. Креп

1-я неделя / 1. понедельник

№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.
1	2	3
завтрак		
1	Каша молочная гречневая (жидкая)	.150
2	Масло сливочное	.005
3	Сыр	.005
4	Хлеб пшеничный	.030
5	Кофейный напиток на молоке	.150

1-я неделя / 2. вторник

№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.
1	2	3
завтрак		
1	Каша геркулесовая (вязкая)	.130
2	Сыр	.005
3	Масло сливочное	.005
4	Хлеб пшеничный	.025
5	Чай с молоком и сахаром	.158 (150/8)

1-я неделя / 3. среда

№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.
1	2	3
завтрак		
1	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	.150/5
2	Масло сливочное	.005
3	Сыр	.005
4	Хлеб пшеничный	.030
5	Кофейный напиток на молоке	.150

1-я неделя / 4. четверг

№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.
1	2	3
завтрак		
1	Каша молочная пшенная (жидкая)	.100
2	Яйцо вареное	.040 (1шт)
3	Масло сливочное	.005
4	Хлеб пшеничный	.025
5	Какао на молоке	.150
6	Груши	.100

1-я неделя / 5. пятница

№ п/п	наименование и краткая характеристика
1	2
завтрак	
1	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом
2	Масло сливочное
3	Сыр
4	Хлеб пшеничный
5	Чай с молоком и сахаром

2-ой завтрак

1	Сок абрикосовый	.120
2	Яблоки	.100

2-ой завтрак

1	Сок апельсиновый	.120
2	Груши	.080

2-ой завтрак

1	Сок виноградный	.120
2	Пряники	.017

2-ой завтрак

1	Кисель плодово-ягодный	.120
2	Печенье	.015

2-ой завтрак

1	Сок яблочный
2	Апельсин

обед

1	Икра кабачковая	.060
2	Суп лапша домашняя на курином бульоне	.200
3	Куры отварные	.040
4	Овощи тушеные в соусе	.120
5	Компот из кураги	.150
6	Хлеб ржаной	.036

обед

1	Салат из свеклы с зеленым горошком	.050
2	Щи из свежей капусты со сметаной	.200/9
3	Шницель паровой	.050
4	Картофель в молоке	.120
5	Компот из сухофруктов	.150
6	Хлеб ржаной	.036

обед

1	Помидоры соленые	.050
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	.200
3	Гуляш из свинины	.125 (50/75)
4	Свекла тушеная в белом соусе	.110
5	Чай с сахаром	.158 (150/8)
6	Хлеб ржаной	.036

обед

1	Икра тыквенная	.050
2	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	.200/12
3	Оладьи из печени	.050
4	Капуста тушеная	.120
5	Чай с лимоном	.163 (150/8/5)
6	Хлеб ржаной	.036

обед

1	Сельдь с луком и маслом
2	Борщ из свежей капусты со сметаной
3	Биточки говяжьи паровые
4	Макароны отварные
5	Кисель плодово-ягодный
6	Хлеб ржаной

уплотненный полдник

1	Рыба жареная под маринадом	.070 (35/35)
2	Картофельное пюре	.100
3	Чай с лимоном	.163 (150/8/5)
4	Ватрушка с повидлом	.035
5	Хлеб пшеничный	.025

уплотненный полдник

1	Пудинг из отварной говядины	.040
2	Рагу из овощей	.110
3	Булочка "Веснушка"	.040
4	Снежок	.150
5	Хлеб пшеничный	.020

уплотненный полдник

1	Пудинг творожный со сметаной	.085 (70/15)
2	Йогурт	.150
3	Хлеб пшеничный	.020
4	Банан	.080

уплотненный полдник

1	Котлеты рыбные любительские	.060
2	Картофельное пюре	.100
3	Ряженка с сахаром	.150/4
4	Хлеб пшеничный	.020

уплотненный полдник

1	Сырники с соусом сметанным сладким
2	Морковь тушеная с яблоками
3	Кефир с сахаром
4	Хлеб пшеничный

Таблица ПЛАН-МЕНЮ

зимне-весенний период

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ "Детский сад "Роси

для МБДОУ с 10,5-12 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (от 1-го до 3-х лет) _____ Е.Е. Креп

2-я неделя / 1. понедельник

№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.
1	2	3
завтрак		
1	Омлет запеченный с сыром	.057
2	Масло сливочное	.005
3	Хлеб пшеничный	.025
4	Какао на молоке	.150

2-я неделя / 2. вторник

№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.
1	2	3
завтрак		
1	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	.150/3
2	Масло сливочное	.005
3	Хлеб пшеничный	.025
4	Кофейный напиток на молоке	.150

2-я неделя / 3. среда

№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.
1	2	3
завтрак		
1	Каша геркулесовая (вязкая)	.120
2	Масло сливочное	.005
3	Сыр	.005
4	Хлеб пшеничный	.025
5	Какао на молоке	.150
6	Груши	.090

2-я неделя / 4. четверг

№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.
1	2	3
завтрак		
1	Каша молочная перловая жидкая	.150
2	Масло сливочное	.005
3	Сыр	.006
4	Хлеб пшеничный	.025
5	Кофейный напиток на молоке	.150

2-я неделя / 5. пятница

№ п/п	наименование и краткая характеристика
1	2
завтрак	
1	Запеканка из творога с соусом молочным (сладким)
2	Масло сливочное
3	Хлеб пшеничный
4	Чай с молоком и сахаром
5	Яблоки

2-ой завтрак

1	Сок яблочный	.120
2	Яблоки	.090

2-ой завтрак

1	Сок апельсиновый	.120
2	Мармелад	.032

2-ой завтрак

1	Йогурт	.150
---	--------	------

2-ой завтрак

1	Сок апельсиновый	.120
2	Банан	.090

2-ой завтрак

1	Сок персиковый
---	----------------

обед

1	Огурец соленый	.050
2	Рассольник домашний с фрикадельками и со сметаной	.200/25/8
3	Плов из птицы	.115 (80/35)
4	Компот из кураги	.150
5	Хлеб ржаной	.036

обед

1	Икра тыквенная	.050
2	Щи по-уральски со сметаной	.200/8
3	Тефтели из говядины с красным соусом	.095 (50/45)
4	Рагу из овощей	.120
5	Кисель из сока	.150
6	Хлеб ржаной	.036

обед

1	Салат из картофеля с зеленым горошком	.050
2	Суп картофельный с пшеном	.200
3	Котлета Здоровье	.060
4	Капуста тушеная	.120
5	Компот из изюма	.150
6	Хлеб ржаной	.036

обед

1	Помидоры соленые	.050
2	Борщ с фасолью и сметаной	.200/8
3	Печень тушеная в соусе	.080 (40/40)
4	Макароны отварные	.100
5	Чай с сахаром	.158 (150/8)
6	Хлеб ржаной	.036

обед

1	Винегрет овощной
2	Суп картофельный с горохом
3	Шницель паровой
4	Картофельное пюре
5	Компот из сушеных яблок
6	Хлеб ржаной

уплотненный полдник

1	Салат из вареных овощей	.070
2	Белип	.060
3	Чай с лимоном	.163 (150/8/5)
4	Булочка Домашняя	.040
5	Хлеб пшеничный	.023

уплотненный полдник

1	Пудинг творожный с яблоками и джемом	.104 (80/24)
2	Ряженка с сахаром	.150/4
3	Хлеб пшеничный	.020
4	Апельсин	.070

уплотненный полдник

1	Суфле из рыбы	.055
2	Картофель отварной	.080/4
3	Чай с лимоном	.163 (150/8/5)
4	Хлеб пшеничный	.020

уплотненный полдник

1	Икра кабачковая	.030
2	Биточки рыбные (паровые)	.050
3	Котлеты овощные	.070
4	Ватрушка с повидлом	.035
5	Кефир	.150
6	Хлеб пшеничный	.020

уплотненный полдник

1	Салат "Мозаика"
2	Фрикадельки рыбные в молочном соусе
3	Ряженка с сахаром
4	Хлеб пшеничный

Таблица ПЛАН-МЕНЮ

зимне-весенний период

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ "Детский сад "Роса"

для МБДОУ с 10,5-12 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (от 1-го до 3-х лет) _____ Е.Е. Креп

3-я неделя / 1. понедельник			3-я неделя / 2. вторник			3-я неделя / 3. среда			3-я неделя / 4. четверг			3-я неделя / 5. пятница		
№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.
1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	
завтрак			завтрак			завтрак			завтрак			завтрак		
1	Вермишель молочная	.150	1	Каша молочная "Дружба"	.150	1	Каша молочная пшениная (жидкая) с маслом	.153 (150/3)	1	Каша молочная ячневая (жидкая)	.150	1	Пудинг творожный с яблоками и джемом	
2	Масло сливочное	.005	2	Масло сливочное	.005	2	Яйцо вареное	.040 (1шт)	2	Масло сливочное	.005	2	Масло сливочное	
3	Сыр	.005	3	Сыр	.005	3	Масло сливочное	.005	3	Сыр	.005	3	Чай с молоком и сахаром	
4	Кофейный напиток на молоке	.150	4	Чай с молоком и сахаром	.158 (150/8)	4	Кофейный напиток на молоке	.150	4	Какао с молоком	.150	4	Хлеб пшеничный	
5	Хлеб пшеничный	.030	5	Хлеб пшеничный	.025	5	Хлеб пшеничный	.025	5	Хлеб пшеничный	.025			
2-ой завтрак			2-ой завтрак			2-ой завтрак			2-ой завтрак			2-ой завтрак		
1	Сок персиковый	.120	1	Сок персиковый	.120	1	Сок персиковый	.120	1	Ряженка с сахаром	.150/4	1	Апельсин	
2	Апельсин	.100	2	Груши	.090	2	Мармелад	.032				2	Сок виноградный	
обед			обед			обед			обед			обед		
1	Салат из свеклы с р/маслом	.050	1	Салат из вареных овощей	.050	1	Огурец соленый	.050	1	Икра кабачковая	.050	1	Салат "Здоровье"	
2	Щи из свежей капусты	.200	2	Суп картофельный с клецками	.200	2	Борщ (без капусты) со сметаной	.200/6	2	Рассольник ленинградский	.200	2	Суп крестьянский с пшеном	
3	Куры тушеные в соусе	.080 (40/40)	3	Биточки говяжьи паровые	.055	3	Котлеты, запеченные с молочным соусом	.072 (50/22)	3	Бефстроганов из отварного мяса	.100 (50/42/8)	3	Оладьи из печени	
4	Картофельное пюре	.120	4	Капуста тушеная	.120	4	Каша гречневая вязкая	.090	4	Макароны отварные с овощами	.090	4	Овощи припущенные в молочном соусе	
5	Чай с сахаром	.158 (150/8)	5	Компот из сухофруктов	.150	5	Чай с сахаром	.158 (150/8)	5	Кисель плодоваяодный	.150	5	Компот из кураги	
6	Хлеб ржаной	.036	6	Хлеб ржаной	.036	6	Хлеб ржаной	.036	6	Хлеб ржаной	.036	6	Хлеб ржаной	
уплотненный полдник			уплотненный полдник			уплотненный полдник			уплотненный полдник			уплотненный полдник		
1	Фрикадельки мясные	.030	1	Икра тыквенная	.040	1	Икра кабачковая	.050	1	Зразы из творога	.080	1	Огурец соленый	
2	Рис с овощами	.080	2	Рыба, запеченная в омлете	.080	2	Тефтели рыбные с соусом	.070 (50/20)	2	Морковь тушенная с яблоками	.090	2	Котлеты рыбные (паровые)	
3	Ватрушка с творогом	.065	3	Йогурт	.150	3	Картофельное пюре	.100	3	Чай с лимоном	.163 (150/8/5)	3	Картофель отварной	
4	Кисель из сока	.150	4	Хлеб пшеничный	.020	4	Кефир с сахаром	.150/8	4	Хлеб пшеничный	.020	4	Бифидок	
5	Хлеб пшеничный	.023				5	Яблоки	.100	5	Банан	.070	5	Хлеб пшеничный	
						6	Хлеб пшеничный	.020						

Таблица ПЛАН-МЕНЮ

зимне-весенний период

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ "Детский сад "Рос

для МБДОУ с 10,5-12 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (от 1-го до 3-х лет) _____ Е.Е. Крем

4-я неделя / 1. понедельник			4-я неделя / 2. вторник			4-я неделя / 3. среда			4-я неделя / 4. четверг			4-я неделя / 5. пятница		
№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.
завтрак			завтрак			завтрак			завтрак			завтрак		
1	Каша молочная "Дружба" с маслом	.130/3	1	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	.130/3	1	Каша геркулесовая (вязкая) с маслом	.130/3	1	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	.155 (150/5)	1	Запеканка из творога с соусом молочным (сладким)	
2	Масло сливочное	.005	2	Масло сливочное	.005	2	Масло сливочное	.005	2	Масло сливочное	.005	2	Масло сливочное	
3	Чай с молоком и сахаром	.158 (150/8)	3	Какао на молоке	.150	3	Сыр	.005	3	Сыр	.005	3	Кофейный напиток на молоке	
4	Хлеб пшеничный	.025	4	Хлеб пшеничный	.025	4	Кофейный напиток на молоке	.150	4	Какао на молоке	.150	4	Хлеб пшеничный	
2-ой завтрак			2-ой завтрак			2-ой завтрак			2-ой завтрак			2-ой завтрак		
1	Банан	.100	1	Сок абрикосовый	.120	1	Сок апельсиновый	.120	1	Сок персиковый	.120	1	Бифидок	
2	Сок яблочный	.120	2	Печенье	.032	2	Груши	.080	2	Апельсин	.090	2	Банан	
обед			обед			обед			обед			обед		
1	Салат из вареных овощей	.050	1	Салат "Мозаика"	.050	1	Огурец соленый	.050	1	Винегрет овощной	.050	1	Икра тыквенная	
2	Суп гороховый с гренками	.200/16	2	Суп из овощей	.200	2	Щи из свежей капусты	.200	2	Суп картофельный с рисом	.200	2	Борщ (без картофеля) со сметаной	
3	Котлета из птицы	.050	3	Азу из говядины с картофелем	.150	3	Рулет мясной с луком и яйцом	.050	3	Фрикадельки мясные	.050	3	Печень говяжья по-строгановски	
4	Капуста тушеная	.120	4	Чай с сахаром	.158 (150/8)	4	Макароны отварные с овощами	.115	4	Картофельное пюре	.110	4	Картофель отварной	
5	Компот из чернослива	.150	5	Хлеб ржаной	.036	5	Компот из сухофруктов	.150	5	Чай с сахаром	.158 (150/8)	5	Кисель плодовая годный	
6	Хлеб ржаной	.036				6	Хлеб ржаной	.036	6	Хлеб ржаной	.036	6	Хлеб ржаной	
уплотненный полдник			уплотненный полдник			уплотненный полдник			уплотненный полдник			уплотненный полдник		
1	Салат из свеклы с сыром	.060	1	Запеканка морковно-творожная со сметаной	.110 (100/10)	1	Икра кабачковая	.060	1	Голубцы ленивые в соусе	.145 (110/35)	1	Котлеты рыбные (паровые)	
2	Рыба припущенная	.045	2	Кефир с сахаром	.150/4	2	Суфле рыбное паровое	.050	2	Яйцо вареное	.040 (1шт)	2	Рагу из овощей	
3	Картофель отварной	.080/3	3	Яблоки	.080	3	Вареники "ленивые"	.030	3	Ряженка с сахаром	.150/7	3	Булочка молочная	
4	Ватрушка с повидлом	.035	4	Хлеб пшеничный	.015	4	Чай с лимоном	.163 (150/8/5)	4	Хлеб пшеничный	.015	4	Чай с сахаром	
5	Ряженка с сахаром	.150/4				5	Хлеб пшеничный	.020				5	Хлеб пшеничный	
6	Хлеб пшеничный	.015												

пночка"

минская

Выход одного блюда, г.
3
.150/3
.005
.005
.025
.158 (150/8)

.120
.070

.050
.200/9
.060
.090
.150
.036

.104 (80/24)
.080
.150/8
.020

Лночка"

МИНСКАЯ

Выход одного блюда, г.
3
.090 (60/30)
.005
.020
.158 (150/8)
.090
.120
.050
.200
.050
.120
.150
.036
.050
.080 (40/40)
.150/4
.015

пночка"

минская

Выход одного блюда, г.
3

.104 (80/24)

.005

.158 (150/8)

.020

.070

.120

.050

.200

.050

.120

.150

.036

.040

.050

.140/3

.150

.015

ИНОЧКА"

ИНСКАЯ

Выход одного блюда, г.
3
.120 (80/40)
.005
.150
.020
.120
.100
.050
.200/8
.080 (40/40)
.110/4
.150
.036
.050
.100
.050
.158 (150/8)
.015