

**ПЛАН-МЕНЮ**

для МБДОУ с 8-10 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (1-3лет)

1-я неделя / 1. понедельник

1-я неделя / 2. вторник

1-я неделя / 3. среда

1-я неделя / 4. четверг

1-я неделя / 5. пятница

		завтрак								
1	Вермишель молочная	150	Каша молочная "Дружба"	130	Каша гречневая с молоком	150	Каша овсяная "Геркулесовая" жидкая	150	Каша молочная-рисовая (жидкая)	150
2	Масло сливочное	5	Чай с молоком и сахаром	150	Сыр	5	Масло сливочное	5	Кофейный напиток	150
3	Сыр	5	Хлеб пшеничный	20	Масло сливочное	5	Какао с молоком	150	Хлеб пшеничный	35
4	Какао с молоком	150	Хлеб пшеничный	35	Кофейный напиток	150	Хлеб пшеничный	30	Сыр	5
5	Хлеб пшеничный	35			Хлеб пшеничный	35	Яйцо	40		
6										

**2ой завтрак**

		Фрукты		Фрукты		Напиток витаминизированный				
1	Сок фруктовый	150	Фрукты	100	Сок фруктовый	150	Фрукты	100	Напиток витаминизированный	120

**обед**

1	Овощи свежие или консервированные	30	Икра кабачковая	30	Овощи свежие или консервированные	30	Овощи свежие или консервированные	30	Овощи свежие или консервированные	30
2	Щи из свежей капусты со сметаной и мясными фрикадельками	180/6/20	Лапша домашняя	180	Суп из овощей со сметаной и зеленью	180	Рассольник "Ленинградский" с мясными фрикадельками и сметаной	180/20/8	Борщ со сметаной	180/4
3	Печень по-строгановски	50/50	Птица отварная	60	Котлета рыбная "Любительская"	60	Жаркое по-домашнему	120/30	Тефтели из говядины с красным соусом	40/40
4	Каша гречневая вязкая	120	Картофельное пюре	120	Рис отварной	120	Компот из сухофруктов	150	Картофель отварной	120
5	Компот из сухофруктов	150	Кисель плодовоягодный	150	Компот из свежих яблок	150	Хлеб ржаной	25	Кисель из сока	150
6	Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	25	Хлеб ржаной	25	Хлеб пшеничный	30	Хлеб ржаной	25

**полдник**

1	Вареники ленивые с молочным соусом	60/10	Каша манная	100	Омлет натуральный	120	Лапшевник из творога	100	Пудинг творожно-яблочный с молочным соусом	90/10
2	Печенье	35	Молочная продукция	150	Булочка домашняя	50	Молочная продукция	130	Чай с сахаром	150
3	Чай с сахаром	150	Яйцо вареное	1 шт.	Молочная продукция	130	Хлеб ржаной	25	Зефир	35



ПЛАН-МЕНЮ

для МБДОУ с 8 -10 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (1-3лет)

2-я неделя / 1. понедельник

2-я неделя / 2. вторник

2-я неделя / 3. среда

2-я неделя / 4. четверг

2-я неделя / 5. пятница

		завтрак						
1	Вермишель молочная	150	Каша овсяная "Геркулесовая" жидкая	150	Каша молочная манная (Жидкая)	150	Плов фруктовый	100
2	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5
3	Сыр	5	Сыр	5	Чай с молоком	150	Сыр	150
4	Какао с молоком	130	Кофейный напиток с молоком	150	Хлеб пшеничный	30	Кофейный напиток с молоком	150
5	Хлеб пшеничный	35	Хлеб пшеничный	30	Масло сливочное	5	Хлеб пшеничный	30

2ой завтрак

1	Сок фруктовый	150	Фрукты	150	Фрукты	100	Сок фруктовый	150
---	---------------	-----	--------	-----	--------	-----	---------------	-----

обед

1	Овощи свежие или консервированные	30	Овощи свежие или консервированные	30	Овощи свежие или консервированные	30	Овощи свежие или консервированные	30
2	Суп картофельный с мясными фрикадельками и зеленью	180/20/8	Щи из свежей капусты с мясными фрикадельками и сметаной	180/15/8	Суп картофельный с клецками	180	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	180/15
3	Рыба отварная под маринадом	50/50	Котлета из птицы	60	Азу из говядины	50/50	Шницель паровой	60
4	Картофельное пюре	120	Картофельное пюре	150	Каша гречневая	130	Макаронны отварные	120
5	Компот из чернослива	150	Компот из свежих яблок	30	Хлеб ржаной	150	Компот из сухофруктов	150
6	Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	25	Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	30

полдник

	Запеканка творожная	100	Оладьи с повидлом	80/10	Сырники с соусом сметанным сладким	80/10	Омлет натуральный	100	Пудинг творожно -яблочный с молочным соусом	100/10
	Молочная продукция	150	Молоко	150	Молочная продукция	150	Молочная продукция	150	Чай с лимоном	150/6
	Булочка домашняя	50					Хлеб пшеничный	30		