



ПЛАН-МЕНЮ

для МБДОУ с 8-10 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7лет)

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		завтрак		завтрак		завтрак		завтрак		
1	Вермишель молочная	160	Каша овсяная "Геркулесовая" жидкая	200	Каша молочная манная с маслом	200/4	Каша молочная пшеница (Жидкая)	180	Плов фруктовый	120
2	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	Сыр	7	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7
3	Сыр	7	Кофейный напиток с молоком	180	Чай с молоком	150	Какао с молоком	150	Сыр	7
4	Какао с молоком	180	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Кофейный напиток с молоком	180
5	Хлеб пшеничный	40	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7			Хлеб пшеничный	40

2ой завтрак

1	Сок фруктовый	180	Фрукты	120	Сок фруктовый	180	Фрукты	120	Сок фруктовый	180
---	---------------	-----	--------	-----	---------------	-----	--------	-----	---------------	-----

обед

1	Овощи свежие или консервированные	60	Суп гороховый с гречками	200/8	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	Голубцы ленивые	216/7/5	Щи из свежей капусты с мясными фрикадельками и сметаной	200/30/8	Суп картофельный с клецками	200	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200/20
3	Рыба-отварная под маринадом	60/60	Компот из кураги	180	Котлета из птицы	80	Азу из говядины	50/50	Шницель паровой	70
4	Картофельное пюре	130	Хлеб ржаной	37	Картофельное пюре	130	Каша гречневая	130	Макаронные отварные	130
5	Компот из чернославя	180	Хлеб ржаной	37	Компот из свежих яблок	180	Кисель плодовоягодный	180	Компот из сухофруктов	180
6	Хлеб ржаной	37			Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37

полдник

1	Запеканка творожная	100	Оладьи с повидлом	100/15	Сырники с соусом сметанным сладким	100/20	Омлет натуральный	130	Пудинг творожно-яблочный с молочным соусом	120/20
2	Молочная продукция	140	Молоко	180	Молочная продукция	150	Молочная продукция	180	Чай с лимоном	180/6
3	Булочка домашняя	50					Хлеб пшеничный	40		