

Утверждено
Заведующий МБДОУ Сасовский ДС № 13

Лощина О.Н



Составил
Старшая медсестра
Икрянникова Е.В

Примерное десятидневное меню

14.10.2024		15.10.2024		16.10.2024		17.10.2024		18.10.2024	
Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Завтрак Макароны с сыром	120 /5/5	Завтрак Вермишель молочная	150/ 200	Завтрак Каша гречневая молочная	150/ 200	Завтрак Каша молочная из овсяных хлопьев	150/2 00	Завтрак Каша дружба	150/ 200
Печенье	40	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20
Чай	150/ 200	Злаковый напиток с молоком	150/ 200	Злаковый напиток с молоком	150/ 200	Злаковый напиток с молоком	150/2 00	Злаковый напиток с молоком	150/ 200
Второй завтрак Напиток Витаминный с лимоном	10 0	Второй завтрак Напиток Витаминный с лимоном	100	Второй завтрак Напиток Витаминный с лимоном	100	Второй завтрак Напиток Витаминный с лимоном	100	Второй завтрак Напиток Витаминный с лимоном	
Обед Суп рисовый со сметаной	150/ 200/ 5	Обед Щи из свежей капусты со сметаной	150/ 200/ 5	Обед Суп Рассольник	150/2 00/ 10	Обед Суп Крестьянский со сметаной	150/20 0/ 5	Обед Свекольник со сметаной	150/ 200
Котлета куриная	50- 75	Шницель	50- 75	Биточки куриные	50-75	Макароны	100	Тефтели с рисом	
Гречневый гарнир	120	Картофельное пюре	100	Перловка с овощами	100	Гуляш	90	Соус томатный	50
Томатный соус	30/40	Хлеб ржаной	30/40	Хлеб ржаной	30/40	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	30/40
Хлеб ржаной	150/ 200	Компот из с/ф	150/ 200	Компот из с/ф	150/2 00	Компот из с/ф	150/20 0	Компот из с/ф	150/ 200
Полдник Каша пшеничная молочная	150/ 200	Полдник Омлет натуральный	80	Полдник Котлета рыбная	65	Полдник Манник с молочным соусом	/50	Полдник Плюшка	75
Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Салат свекольный	50	Чай	150/2 00	Чай	150/ 200
Злаковый напиток с молоком	150/ 200	Чай	150/ 200	Хлеб пшеничный	20				
				Чай	150/ 200				

Утверждено
Заведующий МБДОУ Сасовский ДС № 13
Лощина О.Н



Составил
Старшая медсестра
Икрянникова Е.В

Примерное десятидневное меню

21.10.2024		22.10.2024		23.10.2024		24.10.2024		25.10.2024	
Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Завтрак Гречка с мас- лом и сахаром	120	Завтрак Пшённая молочная Хлеб пше- ничный	150/ 200	Завтрак Каша Друж- ба Хлеб пше- ничный	150/ 200	Завтрак Каша из ов- сяных хлопь- ев Хлеб пше- ничный	150/ 200	Завтрак Каша ри- совая Хлеб пше- ничный	150/2 00
Печенье	40	Злаковый напиток с молоком	20	Злаковый напиток с молоком	20	Злаковый напиток с молоком	20	Злаковый напиток с молоком	20
Чай	150/ 200		150/ 200		150/ 200		150/ 200		150/2 00
Второй зав- трак Напиток Ви- таминный	100	Второй зав- трак Напиток Ви- таминный	100	Второй зав- трак Напиток Ви- таминный	100	Второй зав- трак Напиток Ви- таминный	100	Второй завтрак Напиток Витамин- ный	100
Обед Суп верми- шелевый со сметаной Котлета ку- риная Гороховое пюре Хлеб ржаной Компот из с/ф	150/ 200/ 5 50- 75 100 30/40 150/ 200	Обед Суп Рыбный (минтай) Рисовый гарнир Тефтели Томатный соус Хлеб ржа- ной Компот из с/ф	150/ 200/ 5 100 50- 75 50 30/40 150/ 200	Обед Щи из све- жей капусты со сметаной Биточки ку- риные Картофель- ное пюре Хлеб ржа- ной Компот из с/ф	150/ 200/ 5 50-75 100 30-40 150/ 200	Обед Суп с яйцом со сметаной Суфле кури- ное Макароны Томатный соус Хлеб ржаной Компот из с/ф	150/ 200/ 5 30/40 150/ 200	Обед Суп-пюре гороховый Карто- фельное пюре Гуляш Хлеб ржа- ной Компот из с/ф	150/20 0/5 100 90 30/40 150/20 0
Полдник Каша манная молочная Хлеб пше- ничный Злаковый напиток с мо- локом	150/ 200 20 150/ 200	Полдник Винегрет Хлеб пше- ничный Чай	120 20 150/ 200	Полдник Запеканка творожная с молочным соусом Чай	/50 150/ 200	Полдник Рыбная кот- лета Салат Све- кольный Хлеб пше- ничный Чай	65 50 20 150/ 200	Полдник Сдоба Чай	75 150/ /200