

Утверждено
Заведующий МБДОУ Сасовский ДС № 13
_____ Лощина О.Н

Составил
Старшая медсестра
_____ Икрянникова Е.В

Примерное десятидневное меню

09.12.2024		10.12.2024		11.12.2024		12.12.2024		13.12.2024	
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	150/200	Завтрак Каша дружба	150/ 200
Печенье	40	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30
Чай	150/ 200	Злаковый напиток с молоком	150/ 200	Злаковый напиток с молоком	150/ 200	Злаковый напиток с молоком	150/200	Злаковый напиток с молоком	150/ 200
Второй завтрак Напиток Витаминный	100	Второй завтрак Салат Витаминный	50	Второй завтрак Напиток Витаминный	100	Второй завтрак Салат Витаминный	50	Второй завтрак Напиток Витаминный	100
Обед Суп рисовый со сметаной	150/ 200/ 5	Обед Щи из свежей капусты со сметаной	150/ 200/ 5	Обед Суп вермишелевый со сметаной	150/200/ 00/5	Обед Суп с гречками со сметаной	150/200/ 0/5	Обед Свекольник со сметаной	150/ 200
Котлета куриная	50-75	Шницель куриный	50-75	Биточки куриные	50-75	Макароны	100	Рулет куриный с яйцом	100
Гречневый гарнир	120	Картофельное пюре	100	Рагу овощное	100	Гуляш куриный	90	Картофельное пюре	
Томатный соус		Хлеб ржаной	40/60	Хлеб ржаной	40/60	Хлеб ржаной	40/60	Хлеб ржаной	40/60
Хлеб ржаной	40/60	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30
Хлеб пшеничный	30	Компот из с/ф	150/ 200	Компот из с/ф	150/200	Компот из с/ф	150/200	Компот из с/ф	150/ 200
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 Пирог с повидлом	75
Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Салат из капусты	50	Чай	150/200	Чай	150/ 200
Злаковый напиток с молоком	150/ 200	Чай	150/ 200	Хлеб пшеничный	30				
				Чай	150/ 200				

Утверждено
Заведующий МБДОУ Сасовский ДС № 13
_____ Лощина О.Н

Составил
Старшая медсестра
_____ Икрынникова Е.В

Примерное десятидневное меню

16.12.2024		17.12.2024		18.12.2024		19.12.2024		20.12.2024	
Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Завтрак Гречка с мас- лом и сахаром	120	Завтрак Пшённая молочная Хлеб пше- ничный Злаковый напиток с молоком	150/ 200 30 150/ 200	Завтрак Каша Друж- ба Хлеб пше- ничный Злаковый напиток с молоком	150/ 200 30 150/ 200	Завтрак Каша из ов- сяных хлопь- ев Хлеб пше- ничный Злаковый напиток с молоком	150/ 200 30 150/ 200	Завтрак Каша ри- совая Хлеб пше- ничный Злаковый напиток с молоком	150/2 00 30 150/2 00
Печенье	40								
Чай	150/ 200								
Второй зав- трак Напиток Ви- таминный	100	Второй зав- трак Салат Вита- минный	50	Второй зав- трак Напиток Ви- таминный	100	Второй зав- трак Напиток Ви- таминный	100	Второй завтрак Салат Ви- таминный	50
Обед Суп верми- шелевый со сметаной Котлета ку- риная Гороховое пюре Хлеб ржаной Хлеб пше- ничный Компот из с/ф	150/ 200/ 5 50- 75 100 40/60 30 150/ 200	Обед Суп Рыбный (минтай) Овощное рагу Тефтели ку- риные Хлеб ржа- ной Хлеб пше- ничный Компот из с/ф	150/ 200/ 5 100 50- 75 40/60 30 150/ 200	Обед Щи из све- жей капусты со сметаной Биточки ку- риные Картофель- ное пюре Хлеб ржа- ной Хлеб пше- ничный Компот из с/ф	150/ 200/ 5 50-75 100 40/60 30 150/ 200	Обед Суп с яйцом со сметаной Гуляш кури- ный Макароны Хлеб ржаной Хлеб пше- ничный Компот из с/ф	150/ 200/ 5 90 100 40/60 30 150/ 200	Обед Суп-пюре гороховый Карто- фельное пюре Куриный шницель Хлеб ржа- ной Хлеб пше- ничный Компот из с/ф	150/20 0/5 100 50-75 40/60 30 150/20 0
Полдник Каша манная молочная Хлеб пше- ничный Злаковый напиток с мо- локом	150/ 200 30 150/ 200	Полдник Винегрет Хлеб пше- ничный Чай	120 30 150/ 200	Полдник Сырники с молочным соусом Чай	/50 150/ 200	Полдник Рыбная кот- лета Салат луко- вый Хлеб пше- ничный Чай	65 50 30 150/ 200	Полдник Сдоба Чай	75 150/ /200