

Заведующий МБДОУ Сасовский ДС № 13

Лоцинина О.Н



Составил

Старшая медсестра

Икрянникова Е.В

Примерное десятидневное меню

23.12.2024		24.12.2024		25.12.2024		26.12.2024		27.12.2024	
Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Завтрак Гречка с маслом и сахаром	120	Завтрак Пшённая молочная	150/200	Завтрак Каша Дружба	150/200	Завтрак Каша из овсяных хлопьев	150/200	Завтрак Каша рисовая	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 Напиток Витаминный	100	Второй завтрак Напиток Витаминный	100	Второй завтрак Напиток Витаминный	100	Второй завтрак Напиток Витаминный	100
Обед Суп вермишелевый со сметаной	150/200/5	Обед Суп Рыбный (минтай)	150/200/5	Обед Щи из свежей капусты со сметаной	150/200/5	Обед Суп с яйцом со сметаной	150/200/5	Обед Суп-пюре гороховый с курицей	150/200/10
Котлета куриная	50-75	Картофельное пюре	100	Голубцы ленивые	100-150	Гуляш куриный	90	Картофельное пюре	100
Гороховое пюре	100	Тeftели куриные	50-75	Соус томатный	50	Макаронны	100	Рыба тушеная с овощами	70/70
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 манная молочная	150/200	Полдник Омлет	80	Полдник Винегрет	120	Полдник Рыбная котлета	65	Полдник Сдоба	75
Хлеб пшеничный	30	Салат из капусты	50	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Чай	150/200
Злаковый напиток с молоком	150/200	Хлеб пшеничный	30	Чай	150/200	Чай	150/200		

Заведующий МБДОУ Сасовский ДС № 13

Лоцинина О.Н



Составил

Старшая медсестра

Икрянникова Е.В

Примерное десятидневное меню

28.12.2024	
Суббота	
Завтрак	
Вермишель молочная	150/ 200
Хлеб пше- ничный	30
Напиток Зла- ковый с мо- локом	150/ 200
Второй зав- трак	
Напиток Ви- таминный	10 0
Обед	
Борщ со сме- таной	150/ 200/ 5
Капуста ту- шенная с кури- цей	
Хлеб ржаной	40/60
Хлеб пше- ничный	30
Компот из с/ф	150/ 200
Полдник	
Печенье	40 150/
Чай	200

Утверждено
Заведующий МБДОУ Сасовский ДС № 13
Лощинина О.Н



Составил
Старшая медсестра
Икрянникова Е.В

Примерное десятидневное меню

09.01.2025		10.01.2025	
Четверг		Пятница	
Завтрак Макаронны с сыром	120 /5/5	Завтрак Каша геркулесовая молочная	150/ 200
Печенье Чай	40 150/ 200	Хлеб пшеничный Злаковый напиток с молоком	20 150/ 200
Второй завтрак Напиток Витаминный	10 0	Второй завтрак Напиток Витаминный	10 0
Обед Суп гороховый	150/ 200/	Обед Щи со сметаной	150/ 200
Котлета куриная	50- 75	Шницель куриный	50- 75
Гречневый гарнир	120	Картофельное пюре	100
Хлеб ржаной	30/40	Хлеб ржаной	30/40
Компот из с/ф	150/ 200	Компот из с/ф	150/ 200
Полдник Каша манная молочная	150/ 200	Полдник Сдоба	75
Хлеб пшеничный	20	Чай	150/ 200
Злаковый напиток с молоком	150/ 200		