

Сводное типовое меню

Список рационов: Сад

Неделя: 1. День 1

Прием пищи	Вид блюда	Сад	
		Блюдо	Выход
Завтрак1	Каши	Каша пшеничная на молоке	205
Завтрак1	Выпечка	Бутерброд с сыром	30
Завтрак1	Напиток	Какао на молоке	180
Завтрак2	Напиток	Сок яблочный	100
Обед	Закуска	Соленый огурец кусочком	35
Обед	1_блюдо	Суп овощной со сметаной	205
Обед	2_блюдо	Рис отварной со сл. маслом	135
Обед	2_блюдо	Куриная котлета	70
Обед	Напиток	Компот из сухофруктов	180
Обед	Выпечка	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и микроэлементами	40
Уп.полдник	2_блюдо	Омлет	150
Уп.полдник	Выпечка	Батон нарезной	25
Уп.полдник	Напиток	Кефир	200
Уп.полдник	Выпечка	Булочка по-домашнему	50

Неделя: 1. День 2

Прием пищи	Вид блюда	Сад	
		Блюдо	Выход
Завтрак1	Каши	Каша рисовая на молоке с маслом	205
Завтрак1	Выпечка	Бутерброд с повидлом	40
Завтрак1	Напиток	Кофейный напиток (цикорий) на молоке	180
Завтрак2	Фрукты	Свежие фрукты	100
Обед	Закуска	Салат из зеленого горошка	50
Обед	1_блюдо	"Рассольник" со сметаной	205
Обед	2_блюдо	Жаркое по-домашнему из курицы	200
Обед	Напиток	Компот из свежих яблок	180
Обед	Прочее	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и микроэлементами	40
Уп.полдник	2_блюдо	Греча рассыпчатая с маслом	135
Уп.полдник	2_блюдо	Печень по-строгановски	100
Уп.полдник	Напиток	Молоко	200
Уп.полдник	Выпечка	Батон нарезной	25

Неделя: 1. День 3

Прием пищи	Вид блюда	Сад	
		Блюдо	Выход
Завтрак1	Каши	Каша пшеничная на молоке с маслом	205
Завтрак1	Выпечка	Бутерброд с сыром	30
Завтрак1	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	205
Завтрак2	Напиток	Сок яблочный	100
Обед	Салат	Салат "Свекольный"	50
Обед	1_блюдо	"Щи" со свежей капустой	205
Обед	2_блюдо	Картофельное пюре	150
Обед	2_блюдо	Пудинг рыбный запеченный	70
Обед	Напиток	Компот из сухофруктов	180
Обед	Прочее	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и микроэлементами	40
Уп.полдник	2_блюдо	Рис отварной со сл. маслом	135
Уп.полдник	2_блюдо	Тефтели из говядины	70
Уп.полдник	Напиток	Кефир	200
Уп.полдник	Выпечка	Батон нарезной	25

Неделя: 1. День 4

Прием пищи	Вид блюда	Сад	
		Блюдо	Выход
Завтрак1	Каши	Каша геркулесовая на молоке с маслом	205
Завтрак1	Выпечка	Бутерброд с сыром	30
Завтрак1	Напиток	Какао на молоке	180
Завтрак2	Фрукты	Свежие фрукты	100



Утверждено

МДОБУ

ДСКВ №1

Т.Ю. Куликова

от 02.09.2024 № 109-02

Обед	Салат	Салат "Свекольный "	50
Обед	1_блюдо	Суп с вермишелью	200
Обед	2_блюдо	Ленивые голубцы с мясом	180
Обед	Напиток	Компот из сухофруктов	180
Обед	Выпечка	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и микронутриентами	40
Уп.полдник	Выпечка	Сырники творожные со сгущенным молоком	120
Уп.полдник	Выпечка	Вафли	25
Уп.полдник	Напиток	Кефир	200

Неделя: 1. День 5

Прием пищи	Вид блюда	Сад	
		Блюдо	Выход
Завтрак1	Каши	Каша манная на молоке с маслом	205
Завтрак1	Выпечка	Бутерброд с повидлом	40
Завтрак1	Напиток	Кофейный напиток (цикорий) на молоке	180
Завтрак2	Напиток	Сок яблочный	100
Обед	Салат	Салат " Морковный с яблоком"	50
Обед	1_блюдо	"Борщ" со сметаной	205
Обед	2_блюдо	Плов из курицы	180
Обед	Напиток	Компот из сухофруктов	180
Обед	Прочее	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и микронутриентами	40
Уп.полдник	Каши	Макароны запеченные с сыром	160
Уп.полдник	Выпечка	Пряники	30
Уп.полдник	Напиток	Молоко	200

Неделя: 2. День 1

Прием пищи	Вид блюда	Сад	
		Блюдо	Выход
Завтрак1	Каши	Каша пшеничная на молоке с маслом	205
Завтрак1	Выпечка	Бутерброд с маслом	30
Завтрак1	Напиток	Какао на молоке	180
Завтрак2	Напиток	Сок яблочный	100
Обед	Салат	Салат из морковки с сахаром	50
Обед	1_блюдо	"Щи" со свежей капустой	205
Обед	2_блюдо	Греча рассыпчатая с маслом	135
Обед	2_блюдо	Мясные тефтели	70
Обед	Напиток	Компот из свежих яблок	180
Обед	Прочее	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и микронутриентами	40
Уп.полдник	2_блюдо	Ленивые голубцы с мясом	180
Уп.полдник	Выпечка	Булочка по-домашнему	50
Уп.полдник	Напиток	Молоко	200
Уп.полдник	Выпечка	Батон нарезной	25

Неделя: 2. День 2

Прием пищи	Вид блюда	Сад	
		Блюдо	Выход
Завтрак1	Каши	Каша геркулесовая на молоке с маслом	205
Завтрак1	Выпечка	Бутерброд с маслом	30
Завтрак1	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	205
Завтрак2	Фрукты	Свежие фрукты	100
Обед	Закуска	Соленый огурец кусочком	35
Обед	1_блюдо	Суп "Гороховый" с гренками	220
Обед	2_блюдо	Жаркое по-домашнему из курицы	200
Обед	Напиток	Компот из сухофруктов	180
Обед	Прочее	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и микронутриентами	40
Уп.полдник	Выпечка	Сырники творожные со сгущенным молоком	120
Уп.полдник	Выпечка	Вафли	25
Уп.полдник	Напиток	Кефир	200

Неделя: 2. День 3

Прием пищи	Вид блюда	Сад	
		Блюдо	Выход

Завтрак1	Каши	Каша гречневая молочная с маслом	205
Завтрак1	Выпечка	Бутерброд с маслом	30
Завтрак1	Напиток	Кофейный напиток (цикорий) на молоке	180
Завтрак2	Напиток	Сок яблочный	100
Обед	Салат	Салат "Морковный с яблоком"	50
Обед	1_блюдо	"Борщ" со сметаной	205
Обед	2_блюдо	Плов из курицы	180
Обед	Напиток	Компот из сухофруктов	180
Обед	Прочее	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и микронутриентами	40
Уп.полдник	Каши	Макароны запеченные с сыром	160
Уп.полдник	Выпечка	Пряники	30
Уп.полдник	Напиток	Кефир	200

Неделя: 2. День 4

Прием пищи	Вид блюда	Сад	
		Блюдо	Выход
Завтрак1	Каши	Каша "Дружба" на молоке с маслом	205
Завтрак1	Выпечка	Бутерброд с сыром	30
Завтрак1	Напиток	Чай с лимоном и сахаром	205
Завтрак2	Фрукты	Свежие фрукты	100
Обед	Салат	Салат "Свекольный "	50
Обед	1_блюдо	"Рассольник" со сметаной	205
Обед	2_блюдо	Греча рассыпчатая с маслом	135
Обед	2_блюдо	Куриная котлета	70
Обед	Напиток	Компот из свежих яблок	180
Обед	Прочее	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и микронутриентами	40
Уп.полдник	2_блюдо	Картофельное пюре	150
Уп.полдник	2_блюдо	Пудинг рыбный запеченный	70
Уп.полдник	Напиток	Молоко	200
Уп.полдник	Выпечка	Батон нарезной	25

Неделя: 2. День 5

Прием пищи	Вид блюда	Сад	
		Блюдо	Выход
Завтрак1	Каши	Макароны запеченные с сыром	160
Завтрак1	Выпечка	Бутерброд с повидлом	40
Завтрак1	Напиток	Кофейный напиток (цикорий) на молоке	180
Завтрак2	Фрукты	Свежие фрукты	100
Обед	Салат	Салат "Свекольный "	50
Обед	1_блюдо	Суп овощной со сметаной	205
Обед	2_блюдо	Картофельное пюре	150
Обед	2_блюдо	Печеночное суфле	80
Обед	Напиток	Компот из сухофруктов	180
Обед	Прочее	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и микронутриентами	40
Уп.полдник	Выпечка	Запеканка творожная со сгущенным молоком	160
Уп.полдник	Выпечка	Печенье сахарное	25
Уп.полдник	Напиток	Молоко	200