

Согласованно:



Заведующая МОДОУ детский сад №

Плановое меню (кратное) 4 – х недельное

Сад 10 час. (все)

Утверждаю:

ИП. Хисматуллина Г.Р.



Сезон: Весенний 1 неделя

Сезон: Весенний 1 неделя									
1 день понедельник		2 день вторник		3 день среда		4 день четверг		5 день пятница	
Завтрак									
Масло сливочное	5	каша молочная пшенная	130/150	Каша манная молочная.	130/150	Каша молочная Дружба .	130/150	Суп молочн с рисом	150/180
Каша ячневая молочная	130/150	Какао с молоком.	150/180	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Чай витаминный	150/180	Чай с сахаром	150/180
Чай с сахаром и лимоном	150	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Чай с сахаром	150/180	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Хлеб пшеничный витаминизированный	30
Хлеб пшеничный	30								
завтрак 2									
Фрукт (яблоко)	100	Кисель витаминный	150	Йогурт питьевой.	100	Напиток из шиповника	150	Кефир без сахара	100
Обед									
Огурец порц,	30/40	Свекла отварная	30/40	Салат картоф с огурц. сол.	40/50	Винегрет овощной	40/50	Маринад овощной	40/50
Щи из свежей капусты	150/180	Рассольник ленинградский	150/180	Суп картофельный с бобовыми..	150/180	Уха с крупой	150/10 180/10	Суп картофельный с лапшой домашней	150/180
Рис отварной	110/130	Жаркое по домашнему с кур гр	130/150	Котлеты мясные рублен	50	Гуляш из курин грудки	25/25	Вак-беляш	80
Котлета нежная	50	напиток из плодов (яблоко)	150/180	Макаронные изделия отварные.	110/130	Картофельное пюре..	110/150	Напиток из яблок	150/180
Соус томатный ..	20	Хлеб ржано-пшеничный	32/40	Соус томатный ..	20	Компот из с/ф	150/180	Хлеб ржано-пшеничный	32/40
Компот из сф	150/180			Компот из с/ф	150/180	Хлеб ржано-пшеничный	32/40		
Хлеб ржано-пшеничный	32/40			Хлеб ржано-пшеничный	32/40				
Полдник 1									
Булочка домашняя	60	Пудинг творожный с киселем без изюма	80	Блины с маслом	60	Ватрушка с повидлом	70	Макароны запечен с сыром	100/120
Чай с сахаром	150/180	Чай полусладкий	150/180	Чай с сахаром	150/180	Чай полусладкий	150/180	Чай с сахаром.	150/180
		Хлеб пшеничный витаминизированный	20					Хлеб пшеничный витаминизированный	20

2 неделя

6 день понедельник		7 день вторник		8 день среда		9 день четверг		10 день пятница	
Завтрак									
Масло сливочное	5	Каша молочная овсяная (геркулес) жидкая	130/150	Повидло	10	Сыр порционно	5	Каша молочная пшеничная	130/150
Каша молочная пшенная жидкая.	130/150	Какао с молоком	150/180	Каша молочная манная жидкая	130/150	каша рисовая молочная	130/150	Чай витаминный	150/180
Чай с сахаром	150/180	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Чай с сахаром и лимоном.	150/180	Хлеб пшеничный витаминизированный	30
Хлеб пшеничный витаминизированный	30			Чай полусладкий	150/180	Хлеб пшеничный витаминизированный	30		
завтрак 2									
напиток из плодов шиповника.	150	Кисель витаминный	150	Йогурт питьевой.	100	Фрукт (яблоко)	100	Напиток из яблок	150
Обед									
Огурец порц,	30/40	Салат Пестрый	40/50	Салат степной	40/50	Свекла отварная.	30/40	Салат луковый	30/40
Рассольник ленинградский	150/180	Щи из св.капусты и картоф	150/180	Свекольник	150/180	Суп крестьян. с крупой	150/180	Суп куллама на курином бульоне	150/180
Макаронные изделия отварные.	110/130	Гуляш из птицы	25/25	Плов из говядины.	130/150	Картофельное пюре..	110/130	Котлета из птицы	50
Тефтели из говядины .	50/20	Гороховое пюре	110/130	Компот из с/ф.	150/180	Биточки рыбные (минтай)	50	Каша гречневая	110/130
Компот из с/ф.	150/180	напиток из плодов(яблочный)	150/180	Хлеб ржано-пшеничный	32/40	Соус томатный ..	20	Соус томатный ..	20
Хлеб ржано-пшеничный	32/40	Хлеб ржано-пшеничный	32/40			Компот из с/ф.	150/180	Напиток из шиповника	150/180
						Хлеб ржано-пшеничный	32/40	Хлеб ржано-пшеничный	32/40
Полдник 1									
Рагу из овощей	130/150	Омлет натуральный	70/80	Булочка творожная	50	Суп молочный с макар.изд.	150/180	Булочка домашняя	60
Чай с сахаром	150/180	Чай полусладкий	150/180	Чай с сахаром	150/180	Чай с сахаром	150/180	Чай с сахаром	150/180
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	Хлеб	20			Хлеб пшеничный	20		20

3 неделя

3 неделя									
11 день понедельник		12 день вторник		13 день среда		14 день четверг		15 день пятница	
Завтрак									
Каша манная молочная.	130/150	Суп молочный с пшеном	150/180	Масло сливочное порционно	5	Каша ячневая молочная	130/150	Повидло	10
Чай с сахаром	150/180	Чай с сахаром.	150/180	каша рисоваямолочная	130/150	Какао с молоком.	150/180	Каша молочная овсяная (геркулес) с яблоком	130/150
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Чай витаминный	150/180	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Чай с сахаром и лимоном	150/180
				Хлеб пшеничный витаминизированный	30			Хлеб пшеничный витаминизированный	30
завтрак 2									
Кисель витаминный	150	Фрукт (яблоко)	100	Кефир без сахара	100	Напиток из плодов шиповника	150	Йогурт питьевой	100
Обед									
Огурцы маринов. на лим.кис. порционные	30/40	Салат степной	40/50	Винегрет овощной	30/40	Огурцы маринов. на лим.кис. порционные	40/50	Салат луковый	30/40
Свекольник	150/180	Рассольник ленинградский	150/180	Суп крестьянский с крупой	150/180	Суп картофельный с горохом	150/180	Суп картофельный с лапшой домашней.	150/180
Плов из грудки кур.	130/150	Котлета мясная	50	Котлеты из птицы	50	Тефтели рыбные с рисом	50	Гуляш из грудки	25/25
Компот из с/ф.	150/180	Каша гречневая рассыпчатая.	110/130	Рожки отварные	110/130	Картофельное пюре..	110/130	Рис отварной	110/130
Хлеб ржано-пшеничный	32/40	Соус томатный ..	20	Соус томатный ..	20	Соус томатный ..	20	Компот из с/ф	150/180
		Компот из сф	150/180	Компот из с/ф.	150/180	Напиток из яблок	150/180	Хлеб ржано-пшеничный	32/40
		Хлеб ржано-пшеничный	32/40	Хлеб ржано-пшеничный	32/40	Хлеб ржано-пшеничный	40		
Полдник 1									
Макарон.запек.с сыром	100/120	Пудинг творож. с киселем	80	Ватрушка с повидлом	70	Пряник	50	Пирожки с картофелем	60
Чай с сахаром	150/180	Чай с сахаром	150/180	Чай полусладкий	150/180	Чай с сахаром	150/180	Чай с сахаром	150/180
Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20						

				4 неделя					
16 день понедельник		17 день вторник		18 день среда		19 день четверг		20 день пятница	
Завтрак									
Каша молочная Дружба .	130/150	Каша молочная пшенная жидкая.	130/150	Каша манная молочная	130/150	Каша молочная пшеничная.	130/150	Масло сливочное порционно	5
Чай с сахаром лимоном	150/180	Сыр порционно	5	Чай с сахаром	150/180	Какао с молоком.	150/180	Каша молочная овсяная (геркулес) жидкая	130/150
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Чай с сахаром	150/180	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Чай витаминный	150/180
		Хлеб пшеничный витаминизированный	30					Хлеб пшеничный витаминизированный	30
завтрак 2									
напиток из плодов шиповника	150	яблоко	100	Йогурт питьевой.	100	Кисель витаминный	150	напиток яблочный	150
Обед									
Салат картоф с огурцами	40/50	Свекла отварная	30/40	Винегрет овощной	40/50	Огурцы порц,	30/40	Маринад овощной	40/50
Рассольник ленинградский	150/180	Щи из свежей капусты и картофел.	150/180	Суп картофельный с лапшой домашней.	150/180	Борщ с капустой и картофелем	150/180	Суп куллама на курином бульоне	150/180
Котлета нежная	50	Плов из птицы	130/150	Гуляш из тговядины	25/25	Суфле рыбное	50	Котлета из птицы	50
Макаронные изделия отварные	110/130	Компот из с/ф	150/180	Каша перловая рассыпчатая	110/130	Картофельное пюре..	110/130	Гороховое пюре	110/130
Соус томатный ..	20	Хлеб ржано-пшеничный	32/40	Напиток из плодов шиповника.	150/180	Соус томатный ..	20	Соус томатный ..	20
Компот из с/ф	150/180			Хлеб ржано-пшеничный	32/40	Компот из с/ф.	150/180	Компот из с/ф.	150/180
Хлеб ржано-пшеничный	32/40					Хлеб ржано-пшеничный	32/40	Хлеб ржано-пшеничный	32/40
Полдник 1									
Булочка домашняя	60	Каша гречневая с овощами	130/150	Блины с маслом	60	Суп молочный с пшеном	150/180	Дучмак с творогом	70
Чай полусдадкий	150/180	Чай с сахаром.	150/180	Чай с сахаром	150/180	Чай с сахаром	150/180	Чай с сахаром	150/180
		Хлеб пшеничный витаминизированный	20			Хлеб пшеничный витаминизированный	20		