



Согласовано:

Заведующая МОДОУ детский сад №



Утверждаю:

ИП Хисматуллина Г.Р.

Плановое меню (кратное) 4 – х недельное

Сад 12 час. (все)

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	150/180	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	Макаронны 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
				Ужин					
Суп молочн с макарон из-ми	180	Печенье	32	Каша гречневая с овощами (геркулес)	150	Каша молочная овсяная (геркулес)	150	Пряник	50
Чай полусладкий	180	Чай полусладкий	180	Чай полусладкий	180	Чай полусладкий	180	Чай полусладкий	180
Хлеб пшеничный витаминизированный	20			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 пшеничная 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
ужин									
Плюшка московская	60	Пряник	50	Каша ячневая молочная	150	Блины с маслом	60	Печенье	32
Чай полусладкий	180	Чай полусладкий	180	Чай полусладкий	180	Чай полусладкий	180	Чай полусладкий	180
				Хлеб пшеничный	20				

3 неделя

3 недели			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							
УЖИН										
Плюшка московская	60	Пряник	50	Каша манная молочная	150	Булочка домашняя	60	печенье	32	
Чай полусладкий	180	Чай полусладкий	180	Чай полусладкий	180	Чай полусладкий	180	Чай полусладкий	180	
				Хлеб пшеничный	20					

4 неделя				19 день четверг				20 день пятница			
16 день понедельник				17 день вторник				18 день среда			
				Завтрак							
Каша молочная Дружба .	130/150	Каша молочная пшенная жидкая.	130/150	Каша манная молочная	130/150	Каша молочная пшенная.	130/150	Масло сливочное порционно	130/150		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	150/180		130/150
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Чай с сахаром	150/180	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Чай витаминный	150/180		150/180
		Хлеб пшеничный витаминизированный	30					Хлеб пшеничный витаминизированный			30
напиток из плодов шиповника				завтрак 2							
	150	яблоко	100	Йогурт питьевой.	100	Кисель витаминный	150	напиток яблочный	150		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		150/180
Котлета нежная	50	Плов из птицы	130/150	Гуляш из тговядины	25/25	Суфле рыбное	50	Котлета из птицы	50		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		110/130
Соус томатный ..	20	Хлеб ржано-пшеничный	32/40	Напиток из плодов шиповника.	150/180	Соус томатный ..	20	Соус томатный ..	20		20
Компот из с/ф	150/180			Хлеб ржано-пшеничный	32/40	Компот из с/ф.	150/180	Компот из с/ф.	150/180		150/180
Хлеб ржано-пшеничный	32/40					Хлеб ржано-пшеничный	32/40	Хлеб ржано-пшеничный	32/40		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 полусладкий	150/180	Чай с сахаром.	150/180	Чай с сахаром	150/180	Чай с сахаром	150/180	Чай с сахаром	150/180		150/180
		Хлеб пшеничный витаминизированный	20			Хлеб пшеничный витаминизированный	20				
				2 УЖИН							
Рагу овощное	150	Печенье	32	Каша рисовая молочная	150	Плюшка московская	60	Пряник	50		
Чай полусладкий	180	Чай полусладкий	180	Чай полусладкий	180	Чай полусладкий	180	Чай полусладкий	180		
Хлеб пшеничный	20			Хлеб пшеничный витаминизированный	20						