

**Примерное десятидневное меню ЯСЛИ
МБДОУ детский сад № 387**

Утверждаю: заведующий МБДОУ № 387

Тишковская Е.А.

20 24. № 40

Приказ от

день 1	день 2	день 3	день 4	день 5
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша манная молочная с маслом сливочным 7.н066-1 150	Каша рисовая молочная со сливочным маслом 150 7.162	Каша пшенич.молочная с маслом сливочным 150 7.154/2	Каша геркулес.молочная с маслом сливочным 150 7.8/4/2	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150 7.н119с-1
Кофейный напиток с молоком 7.13/10/1 180	Какао с молоком 7.14/10/1 180	Кофейный напиток с молоком 7.13/10/1 180	Какао с молоком 7.14/10/1 180	Кофейный напиток с молоком 7.13/10/1 180
Батон йодированный с маслом слив. и сыром 7.027 35/5/5	Батон йодированный с маслом сливочным 7.035/10 35/6	Батон йодированный с маслом слив. и сыром 7.027 35/5/5	Батон йодированный с маслом сливочным 7.035/10 35/6	Батон йодированный с маслом слив. и сыром 7.027 35/5/5
10.00 – сок или фрукты 100 7.031	10.00 – сок или фрукты 100	10.00 – сок или фрукты 100	10.00 – сок или фрукты 100	10.00 – сок или фрукты 100
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Икра кабачковая 7.275 20	Горошек зеленый 7.1/1/3 30	Салат из квашеной капусты с луком 7.425/4/2 40	Салат из отварного картофеля с реп.луком, сол.огурцом, раст.маслом 30 7.31/1/3 150	Салат из св. помидор и огурцов с раст.маслом 7.130/1 40
Рассольник "Ленинградский" со сметаной 7.165-1/2 150	Свекольник вегетарианский со сметаной 7.258 150	Щи из свежей капусты со сметаной 7.6/2/3 150	Суп-лапша с мясом кури со смет 7.47с/6 150	Суп рыбный с крупой 7.423 150
Картофельное пюре 7.64с/3 110	Рагу из овощей 7.н207 120	Каша гречневая рассыпчатая 7.н076/2 120	Бигус из мяса кури 7.350/1 180	Печень по-строгановски 7.9/8/3 50
Тефтели из мяса говядины 7.208/3 50	Биточки рыбные 60 7.355	Гуляш из мяса говядины 7.256/3 50	Напиток Валетек 150 7.343/1	Макаронные изделия отварные 7.н151-6 110
Компот из с/фруктов 150 7.6/10/2	Компот из кураги и изюма 150 7.4/10/2	Напиток из шиповника 150 7.15/10/2	Хлеб ржаной 30 7.002/1	Компот из изюма 150 7.078
Хлеб ржаной 30 7.002/1	Хлеб ржаной 30 7.002/1	Хлеб ржаной 30 7.002/1	Хлеб пшеничный 10 7.048	Хлеб ржаной 30 7.002/1
Хлеб пшеничный 10 7.048	Хлеб пшеничный 10 7.048	Хлеб пшеничный 10 7.048		Хлеб пшеничный 10 7.048
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Суфле творожное 80 7.19/5/3	Омлет натуральный 80 7.н038/2	Кефир 130 7.267	Чай с сахаром 150 7.354/1	Ватрушка с повидлом 60 7.150
Чай с сахаром 150 7.354/1	Кисель из концентрата плодового или ягодного 7.248 150	Шансжка с картофелем 70 7.148/2	Запеканка из творога с морковью 80 7.13/5/5	Снежок 140 7.339/1
Джем 15 7.1/1/9	Печенье 10 7.208		Сгущенное молоко 10 7.262	
день 6	день 7	день 8	день 9	день 10
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша манная молочная с маслом сливочным 7.н066-1 150	Каша ячневая молочная с маслом сливочным 7.н043 150	Каша рисовая молочная со сливочным маслом 150 7.162	Каша пшенич.молочная с маслом сливочным 150 7.15/4/2	Каша гречневая молочная с маслом сливочным 180 7.н080-2
Кофейный напиток с молоком 7.13/10/1 180	Какао с молоком 7.14/10/1 180	Кофейный напиток с молоком 7.13/10/1 180	Какао с молоком 7.14/10/1 180	Кофейный напиток с молоком 7.13/10/1 180
Батон йодированный с маслом слив. и сыром 7.027 35/5/5	Батон йодированный с маслом сливочным 7.035/10 35/6	Батон йодированный с маслом слив. и сыром 7.027 35/5/5	Батон йодированный с маслом сливочным 7.035/10 35/6	Батон йодированный с маслом слив. и сыром 7.027 35/5/5
10.00 – сок или фрукты 100 7.031	10.00 – сок или фрукты 100	10.00 – сок или фрукты 100	10.00 – сок или фрукты 100	10.00 – сок или фрукты 100
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Огурец конс 40 7.367-4	Салат яичный с солныи огурцом и зел. горошком 7.1/1/10 30	Салат из св. помидор и огурцов с раст.маслом 7.130/1 40	Салат из свеклы с соленым огурцом 7.133 40	Кукуруза конс. 7.375 30
Суп овощной на мясном бульоне со сметаной 7.043с 150	Борщ вегетарианский со сметаной 7.н136-1 150	Суп крестьянский на мясном бульоне со сметаной 7.274 150	Суп овощной на курином бульоне со сметаной 7.044с-6 150	Суп гороховый с мясом со сметаной 7.н086-2 150
Жаркое по-домашнему 7.н070/1 150	Рыба, запеченная с картофелем по-русски 7.117-7 180	Макаронник запеченный с мясом 7.171/1 180	Плов из мяса кур 7.4/9/2 180	Азу 7.152/5 150
Компот из кураги 150 7.110	Компот из с/фруктов 150 7.6/10/2	Напиток из шиповника 150 7.15/10/2	Компот из кураги и изюма 150 7.4/10/2	Компот из чернослива и изюма 150 7.5/10/2
Хлеб ржаной 30 7.002/1	Хлеб ржаной 30 7.002/1	Хлеб ржаной 30 7.002/1	Хлеб ржаной 30 7.002/1	Хлеб ржаной 30 7.002/1
Хлеб пшеничный 10 7.048	Хлеб пшеничный 10 7.048	Хлеб пшеничный 10 7.048	Хлеб пшеничный 10 7.048	Хлеб пшеничный 10 7.048
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Запеканка из творога 80 7.9/5/3	Сметанное печенье (сметанник) 75 7.32	Омлет натуральный 80 7.н038/2	Пудинг творожный с изюмом 80 7.н140с/6	Сдоба 60 7.8/12
Чай с сахаром 150 7.354/1	Кефир 130 7.267	Чай с сахаром 150 7.354/1	Сгущенное молоко 10 7.262	Йогурт питьевой 140 7.023-4
Сгущенное молоко 10 7.262		Вафли 15 7.221/2	Напиток Валетек 150 7.343/1	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 303540294533635982749676679132712847518854643116

Владелец Тишковская Елена Алексеевна

Действителен с 14.03.2025 по 14.03.2026