

Примерное десятидневное меню ДЕТИ
МБДОУ детский сад № 387

Утверждаю: заведующий МБДОУ № 387

Тишковская Е.А.

Приказ от

20 24 г. № 40

день 1	день 2	день 3	день 4	день 5
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша манная молочная с маслом сливочным 200 7.н066-1	Каша рисовая молочная со сливочным маслом 180 7.н162-2	Каша пшенич.молочная с маслом сливочным 180 7.15/4/1	Каша геркулес.молочная с маслом сливочным 180 7.8/4/1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 180 7.н119с-1
Кофейный напиток с молоком 180 7.13/10/1	Какао с молоком 180 7.14/10/1	Кофейный напиток с молоком 180 7.13/10/1	Какао с молоком 180 7.14/10/1	Кофейный напиток с молоком 180 7.13/10/1
Батон йодированный с маслом слив. и сыром 40/6/9 7.357/2	Батон йодированный с маслом сливочным 40/6 7.035/1	Батон йодированный с маслом слив. и сыром 40/6/9 7.357/2	Батон йодированный с маслом сливочным 40/6/9 7.035/1	Батон йодированный с маслом слив. и сыром 40/6/9 7.357/2
10.00 – сок или фрукты 100 7.031/1	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 30 7.275/2	Горошек зеленый 50 7.1/1/1	Салат из квашеной капусты с луком 50 7.425/4/1	Салат из отварного картофеля с реп.луком, сол.огурцом, раст.маслом 60 7.31/1	Салат из св. помидор и огурцов с раст.маслом 50 7.130/8
Рассольник "Ленинградский" со сметаной 200 7.165-1/2	Свекольник вегетарианский со сметаной 200 7.258	Щи из свежей капусты со сметаной 200 7.6/2	Суп-лапша с мясом кури со смет 200 7.47с/6	Суп рыбный с крупой 200 7.423
Картофельное пюре 130 7.н64-с-2	Рагу из овощей 130 7.180-4/1	Каша гречневая расыпчатая 130 7.076	Бигус из мяса кури 200 7.350/2	Печень по-строгановски 70 7.9/8/4
Тефтели из мяса говядины 70 7.208/2	Биточки рыбные 70 7.355/1	Гуляш из мяса говядины 70 7.256/1	Напиток Валетек 200 7.343/1	Макаронные изделия отварные 130 7.н151-1
Компот из с/фруктов 180 7.115/3	Компот из кураги и изюма 180 7.4/10/1	Напиток из шиповника 180 7.15/10/1	Хлеб ржаной 38 7.003-5	Компот из изюма 180 7.078/1
Хлеб ржаной 38 7.003-5	Хлеб ржаной 38 7.003-5	Хлеб ржаной 38 7.003-5	Хлеб пшеничный 20 7.050	Хлеб ржаной 38 7.003-5
Хлеб пшеничный 20 7.050	Хлеб пшеничный 20 7.050	Хлеб пшеничный 20 7.050		Хлеб пшеничный 20 7.050
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Суфле творожное 120 7.19/6	Омлет натуральный 120 7.н038/6	Кефир 180 7.075-3	Чай с сахаром 180 7.10/10/1	Ватрушка с повидлом 80 7.150/1
Чай с сахаром 180 7.354/6	Кисель из концентрата плодового или ягодного 200 7.248	Шанежка с картофелем 70 7.148/2	Запеканка из творога с морковью 130 7.13/5/6	Снежок 170 7.286
Джем 15 7.1/1/9	Печенье 20 7.208		Сгущенное молоко 20 7.351	
день 6	день 7	день 8	день 9	день 10
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша манная молочная с маслом сливочным 200 7.н066-1	Каша ячневая молочная с маслом сливочным 180 7.н043/1	Каша рисовая молочная со слив. маслом 180 7.н162-2	Каша пшенич.молочная с маслом сливочным 180 7.15/4/1	Каша гречневая молочная с маслом сливочным 180 7.н080-2
Кофейный напиток с молоком 180 7.13/10/1	Какао с молоком 180 7.14/10/1	Кофейный напиток с молоком 180 7.13/10/1	Какао с молоком 180 7.14/10/1	Кофейный напиток с молоком 180 7.13/10/1
Батон йодированный с маслом слив. и сыром 40/6/9 7.357/2	Батон йодированный с маслом сливочным 40/6 7.035/1	Батон йодированный с маслом слив. и сыром 40/6/9 7.352/2	Батон йодированный с маслом сливочным 40/6 7.035/1	Батон йодированный с маслом слив. и сыром 40/6/9 7.357/2
10.00 – сок или фрукты 100 7.031/1	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. 60 7.367-3	Салат яичный с соевым огурцом и зел. горошком 50 7.2/110	Салат из св. помидор и огурцов с раст.маслом 50 7.130/8	Салат из свеклы с соевым огурцом 60 7.133	Кукуруза конс. 50 7.375/2
Суп овощной на мясном бульоне со сметаной 200 7.043с	Борщ вегетарианский со сметаной 200 7.н136-2	Суп крестьянский на мясном бульоне со сметаной 200 7.274	Суп овощной на курином бульоне со сметаной 200 7.044с-1	Суп гороховый с мясом со сметаной 200 7.н086-2
Жаркое по-домашнему 200 7.н070/5	Рыба, запеченная с картофелем по-русски 180 7.117-7	Макаронник запеченный с мясом 230 7.171/1	Плов из мяса кур 200 7.4/9/1	Азу 220 7.152/2
Компот из кураги 180 7.110/2	Компот из с/фруктов 180 7.115/3	Напиток из шиповника 180 7.15/10/1	Компот из кураги и изюма 180 7.4/10/1	Компот из чернослива и изюма 180 7.5/10/1
Хлеб ржаной 38 7.003-5	Хлеб ржаной 38 7.003-5	Хлеб ржаной 38 7.003-5	Хлеб ржаной 38 7.003-5	Хлеб ржаной 38 7.003-5
Хлеб пшеничный 20 7.050	Хлеб ржаной 38 7.003-5	Хлеб пшеничный 20 7.050	Хлеб пшеничный 20 7.050	Хлеб пшеничный 20 7.050
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Запеканка из творога 120 7.9/5/1	Сметанное печенье (сметанник) 75 7.32	Омлет натуральный 120 7.н038/6	Пудинг творожный с изюмом 130 7.н040/1	Сдоба 80 7.8/12/1
Чай с сахаром 180 7.354/6	Кефир 180 7.075-3	Чай с сахаром 180 7.354/6	Сгущенное молоко 20 7.351	Йогурт питьевой 170 7.023-1
Сгущенное молоко 20 7.351		Вафли 15 7.221/2	Напиток Валетек 200 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