

## ПЛАН-МЕНЮ

для МБДОУ с 8 -10 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (1-3лет)

1-я неделя / 1. понедельник

1-я неделя / 2. вторник

1-я неделя / 3. среда

1-я неделя / 4. четверг

1-я неделя / 5. пятница

### завтрак

1	Каша молочная манная	150	Каша молочная "Дружба"	130	Каша гречневая с молоком	150	Каша овсяная "Геркулесовая" жидкая	150	Каша молочная рисовая (жидкая)	150
2	Масло сливочное	5	Чай с молоком сгущенным	150	Сыр	5	Масло сливочное	5	Кофейный напиток	150
3	Сыр	5	Хлеб пшеничный	20	Масло сливочное	5	Какао с молоком	150	Хлеб пшеничный	35
4	Какао с молоком	150	Масло сливочное	5	Кофейный напиток	150	Хлеб пшеничный	30	Сыр	5
5	Хлеб пшеничный	35			Хлеб пшеничный	35	Яйцо	40		
6										

### 2ой завтрак

1	Сок фруктовый	150	Фрукты	100	Сок фруктовый	150	Фрукты	100	Напиток витаминизированный	120
---	---------------	-----	--------	-----	---------------	-----	--------	-----	----------------------------	-----

### обед

1	Икра кабачковая	30	Овощи свежие	30	Овощи свежие или консервированные	30	Овощи свежие или консервированные	30	Овощи свежие или консервированные	30
2	Щи из свежей капусты с мясными фрикадельками и сметаной	180/15/8	Лапша домашняя	180	Щи из свежей капусты со сметаной и мясными фрикадельками	180	Рассольник "Ленинградский" с мясными фрикадельками и сметаной	180/20/8	Борщ со сметаной	180/4
3	Оладьи из печени	100	Птица отварная	60	Котлета рыбная "Любительская"	60	Жаркое по-домашнему	120/30	Тефтели из говядины с красным соусом	40/40
4	Макароны отварные	120	Картофельное пюре	120	Рис отварной	120	Компот из сухофруктов	150	Картофель отварной	120
5	Компот из сухофруктов	150	Кисель плодоягодный	150	Компот из свежих яблок	150	Хлеб ржаной	25	Кисель из джема	150
6	Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	25	Хлеб ржаной	25	Хлеб пшеничный	30	Хлеб ржаной	25

### полдник

1	Вареники ленивые с молочным соусом	60/10	Суфле рыбное	100	Омлет натуральный	120	Лапшевник из творога	100	Оладьи с джемом	100/15
2	Печенье	35	Молочная продукция	150			Молочная продукция	130	Чай с сахаром	150
3	Чай с сахаром	150	Яйцо	40	Молочная продукция	130	Булочка домашняя	50		
			Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	25				

## ПЛАН-МЕНЮ

для МБДОУ с 8 -10 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (1-3лет)

2-я неделя / 1. понедельник

2-я неделя / 2. вторник

2-я неделя / 3. среда

2-я неделя / 4. четверг

2-я неделя / 5. пятница

### завтрак

1	Вермишель молочная	150	Каша овсяная "Геркулесовая" жидкая	150	Каша молочная манная	150	Каша молочная пшениая (Жидкая)	150	Каша молочная рисовая	150
2	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Сыр	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5
3	Сыр	5			Чай с молоком	150	Какао с молоком	150	Сыр	5
4	Какао с молоком	130	Кофейный напиток с молоком	150	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Кофейный напиток с молоком	150
5	Хлеб пшеничный	35	Хлеб пшеничный	30	Масло сливочное	5			Хлеб пшеничный	30

### 2ой завтрак

1	Сок фруктовый	150	Фрукты	100	Сок фруктовый	150	Фрукты	100	Сок фруктовый	150
---	---------------	-----	--------	-----	---------------	-----	--------	-----	---------------	-----

### обед

1	Икра тыквенная	30			Овощи свежие или консервированные	30	Овощи свежие или консервированные	30	Овощи свежие или консервированные	30
2	Суп гороховый с гренками	180/20/8	Суп картофельный с макаронами	200	Щи из свежей капусты с мясными фрикадельками и сметаной	180/15/8	Суп картофельный с клецками	180	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	180/15
3	Рыба отварная под маринадом	50/50	Голубцы ленивые	180/5/5	Котлета из птицы	60	Азу из говядины	50/50	Шницель паровой	60
4	Картофельное пюре	120	Компот из кураги	150	Картофельное пюре	120	Каша гречневая	130	Макароны отварные	120
5	Компот из чернослива	150	Хлеб ржаной	30	Компот из свежих яблок	150	Кисель плодоваягодный	150	Компот из сухофруктов	150
6	Хлеб ржаной	30			Хлеб ржаной	25	Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	30

### полдник

	Запеканка творожная	100	Оладьи с повидлом	80/10	Сырники с соусом сметанным сладким	80/10	Омлет натуральный	100	Котлета рыбная	100/10
	Молочная продукция	150	Йогурт	150	Молочная продукция	150	Молочная продукция	150	Чай с лимоном	150/6
	Булочка домашняя	50			Зефир		Хлеб пшеничный	30	Икра кабачковая	50
									Хлеб пшеничный	20