



Примерное 10 – ти дневное меню МБДОУ «Детский сад № 25
Первая неделя

| Прием пищи | Понедельник | Выход | | Вторник | Выход | | Среда | Выход | | Четверг | Выход | | Пятница | Выход | |
|------------|-----------------------------------|-------|-------|------------------------------|-------|-------|------------------------------|-------|-------|---------------------------------|-------|-------|--|-------|-------|
| | | Ясли | Сад | | Ясли | Сад | | Ясли | Сад | | Ясли | Сад | | Ясли | Сад |
| Завтрак | Драчена | 80 | 100 | Каша манная жидкая | 150 | 200 | Каша геркулесовая на молоке | 150 | 200 | Каша гречневая молочная | 150 | 200 | Каша пшеничная молочная | 150 | 200 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 | Какао на молоке | 180 | 200 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 | Какао на молоке | 180 | 200 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 |
| | Хлеб пшеничный с маслом | 30/10 | 40/10 | Хлеб пшеничный с сыром | 30/10 | 40/15 | Хлеб пшеничный с сыром | 30/10 | 40/15 | Хлеб пшеничный с маслом | 30/10 | 40/10 | Хлеб пшеничный с маслом | 30/10 | 40/10 |
| 10 часов | Сок | 100 | 100 | Сок | 100 | 100 | Сок | 100 | 100 | Сок | 100 | 100 | Сок | 100 | 100 |
| | Фрукт | 100 | 100 | Фрукт | 100 | 100 | Фрукт | 100 | 100 | Фрукт | 100 | 100 | Фрукт | 100 | 100 |
| Обед | Салат из кукурузы | 40 | 60 | Салат из квашенной капусты | 40 | 60 | Салат из соленых огурцов | 40 | 60 | Салат из квашенной капусты | 40 | 60 | Салат из свеклы | 40 | 60 |
| | Щи из свежей капусты с картофелем | 180 | 200 | Борщ с капустой и картофелем | 180 | 200 | Суп крестьянский со сметаной | 180 | 200 | Суп гороховый на мясном бульоне | 180 | 200 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 180 | 200 |
| | Макаронные отварные | 120 | 150 | Пюре картофельное | 120 | 150 | Котлета мясная | 60 | 80 | Жаркое под домашнему | 160 | 200 | Капуста тушеная с курицей | 180 | 250 |
| | Печень по-строгановски | 60 | 80 | Котлета рубленая из птицы | 60 | 80 | Капуста тушеная | 120 | 150 | Соус томатный | 30 | 50 | | | |
| | Компот из фруктов | 180 | 200 | Компот из свежемор. ягод | 180 | 200 | Компот из фруктов | 180 | 200 | Компот из фруктов | 180 | 200 | Компот из фруктов | 180 | 200 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 50 | Хлеб ржаной | 40 | 50 | Хлеб ржаной | 40 | 50 | Хлеб ржаной | 40 | 50 | Хлеб ржаной | 40 | 50 |
| Полдник | Молоко | 150 | 180 | Кисломолочный продукт | 150 | 180 | Молоко | 150 | 180 | Кисломолочный продукт | 150 | 180 | Кисломолочный продукт | 150 | 180 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | Кондитерское изделие | 12 | 20 | Кондитерское изделие | 12 | 20 | Кондитерское изделие | 12 | 20 | Ватрушка с творогом | 90 | 100 |
| Ужин | Открытый пирог с мясом | 100 | 140 | Котлеты рыбные | 60 | 80 | Запеканка творожная | 130 | 150 | Котлеты рыбные любительские | 60 | 80 | Макаронные отварные | 120 | 150 |
| | | | | Салат из зеленого горошка | 40 | 60 | Молоко сгущенное | 20 | 20 | Яйцо | 40 | 40 | Гуляш из отварного мяса | 80 | 120 |
| | Чай с сахаром | 180 | 200 | Чай с сахаром | 180 | 200 | Чай с сахаром | 180 | 200 | Чай с сахаром | 180 | 200 | Чай с сахаром | 180 | 200 |
| | | | | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | Хлеб пшеничный | 30 | 40 |



Примерное 10 – ти дневное меню МБДОУ «Детский сад № 25

Первая неделя

| Прием пищи | Понедельник | Выход | | Вторник | Выход | | Среда | Выход | | Четверг | Выход | | Пятница | Выход | |
|------------|-----------------------------------|-------|-------|------------------------------|-------|-------|------------------------------|-------|-------|---------------------------------|-------|-------|--|-------|-------|
| | | Ясли | Сад | | Ясли | Сад | | Ясли | Сад | | Ясли | Сад | | Ясли | Сад |
| Завтрак | Драчена | 80 | 100 | Каша манная жидкая | 150 | 200 | Каша геркулесовая на молоке | 150 | 200 | Каша гречневая молочная | 150 | 200 | Каша пшеничная молочная | 150 | 200 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 | Какао на молоке | 180 | 200 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 | Какао на молоке | 180 | 200 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 |
| | Хлеб пшеничный с маслом | 30/10 | 40/10 | Хлеб пшеничный с сыром | 30/10 | 40/15 | Хлеб пшеничный с сыром | 30/10 | 40/15 | Хлеб пшеничный с маслом | 30/10 | 40/10 | Хлеб пшеничный с маслом | 30/10 | 40/10 |
| 10 часов | Сок | 100 | 100 | Сок | 100 | 100 | Сок | 100 | 100 | Сок | 100 | 100 | Сок | 100 | 100 |
| | Фрукт | 100 | 100 | Фрукт | 100 | 100 | Фрукт | 100 | 100 | Фрукт | 100 | 100 | Фрукт | 100 | 100 |
| Обед | Салат из кукурузы | 40 | 60 | Салат из квашенной капусты | 40 | 60 | Салат из соленых огурцов | 40 | 60 | Салат из квашенной капусты | 40 | 60 | Салат из свеклы | 40 | 60 |
| | Щи из свежей капусты с картофелем | 180 | 200 | Борщ с капустой и картофелем | 180 | 200 | Суп крестьянский со сметаной | 180 | 200 | Суп гороховый на мясном бульоне | 180 | 200 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 180 | 200 |
| | Макаронные отварные | 120 | 150 | Пюре картофельное | 120 | 150 | Котлета мясная | 60 | 80 | Жаркое подомашнему | 160 | 200 | Капуста тушеная с курицей | 180 | 250 |
| | Печень по-строгановски | 60 | 80 | Котлета рубленая из птицы | 60 | 80 | Капуста тушеная | 120 | 150 | Соус томатный | 30 | 50 | | | |
| | Компот из фруктов | 180 | 200 | Компот из свежемор. ягод | 180 | 200 | Компот из фруктов | 180 | 200 | Компот из фруктов | 180 | 200 | Компот из фруктов | 180 | 200 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 50 | Хлеб ржаной | 40 | 50 | Хлеб ржаной | 40 | 50 | Хлеб ржаной | 40 | 50 | Хлеб ржаной | 40 | 50 |
| Полдник | Молоко | 150 | 180 | Кисломолочный продукт | 150 | 180 | Молоко | 150 | 180 | Кисломолочный продукт | 150 | 180 | Кисломолочный продукт | 150 | 180 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | Кондитерское изделие | 12 | 20 | Кондитерское изделие | 12 | 20 | Кондитерское изделие | 12 | 20 | Ватрушка с творогом | 90 | 100 |
| Ужин | Открытый пирог с мясом | 100 | 140 | Котлеты рыбные | 60 | 80 | Запеканка творожная | 130 | 150 | Котлеты рыбные любительские | 60 | 80 | Макаронные отварные | 120 | 150 |
| | | | | Салат из зеленого горошка | 40 | 60 | Молоко сгущенное | 20 | 20 | Яйцо | 40 | 40 | Гуляш из отварного мяса | 80 | 120 |
| | Чай с сахаром | 180 | 200 | Чай с сахаром | 180 | 200 | Чай с сахаром | 180 | 200 | Чай с сахаром | 180 | 200 | Чай с сахаром | 180 | 200 |
| | | | | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | Хлеб пшеничный | 30 | 40 |