

Утверждаю: Заведующая

МАОУ «Белочка»

Березовская Н.Т./

Приказ № 16/1 от 01.09.2021 г.

Перспективное меню МАОУ «Белочка» с 10,5 часов пребывания

Первая неделя.

Наименование блюд	Выход, г	
	Ясли(2-3года)	Сад (3-7 лет)
завтрак		
Каша манная	150	200
Кофейный напиток с молоком	180	200
Хлеб с маслом	25/7	30/15
Сыр	2	2
Второй завтрак		
Банан	10	10
ОБЕД		
Салат витаминный	60	60
Рассольник на костно-мясном бульоне	150	200
Отварная лапша с колбасой и подливом	130	150
Компот из сухофруктов С-витаминизированный	180	200
Хлеб	30	40
Полдник		
Булочка домашняя с сыром	80	80
Чай с молоком	180	200
2-й день вторник		
Завтрак	Ясли (2-3г)	Сад (3-7 лет)
Суп молочный с вермишелью	150	200
Булочка с повидлом	30	40
Чай с молоком	180	200
Обед		
Салат из свеклы с яблоком	60	60
Щи на костно-мясном бульоне	150	200
Плов	130	150
Кисель С-витаминизированный	180	200
Хлеб	30	40
Полдник		
Печенье	10	10
Чай с молоком	180	200
3-й день среда		
Завтрак	Ясли (2-3 года)	Сад (3-7 лет)
Каша ячневая	150	200
Хлеб с сыром. Конфеты	25/7	30/15
Какао с молоком	180	200
Второй завтрак		
яблоко	10	10
Обед		

Салат зимний	60	60
Суп с домашний лапшой на костно-мясном бульоне	150	200
Отварная гречка с мясной котлетой	150/70	150/70
Компот из кураги С-витаминизированный	180	200
Хлеб	30	40
Полдник		
Ватрушка с повидлом	80	80
Чай с молоком	180	200
4-й день Четверг		
Каша пшенная	150	200
Батон с маслом	25/5	30/7
Чай с молоком	180	200
Второй завтрак		
Груша	10	10
Обед		
Винегрет овощной с растительным маслом	60	60
Суп-уха из натуральной сайры в масле	150	200
Отварная колбаса с картофельным пюре	150/70	150/70
Компот –урюк С - витаминизированный	180	200
Хлеб	30	40
Полдник		
краусаны	20	40
Чай сладкий	180	200
5-й день пятница		
Завтрак		
Каша рисовая	150	200
Кофейный напиток с молоком	180	200
Батон с повидлом	25/5	40/7
Второй завтрак		
Яблоко	10	10
Обед		
Тертая морковь с сахаром	60	60
Суп-крестьянский на костно-мясном бульоне	150	200
Плов с домашней подливой	150	150
Каркаде	180	200
Хлеб	30	40
Полдник		
Пирожки с картофелем	80	80
Чай с молоком	180	200

Вторая неделя

Наименование блюд	Выход г	
Завтрак		
Каша манная	150	200
Хлеб с маслом	25/5	30/15
Кофейный напиток	180	200
Второй завтрак		
Банан	10	10
Обед		
Салат из свежей капусты и моркови	60	60
Суп овощной на костно-мясном бульоне	150	200
Гуляш с картофельным пюре	150	150
Компот из сухофруктов С-витаминизированный	180	200
Хлеб	35	50
Полдник		
Пирог домашний	150	170
Чай с молоком	180	200
7-й день вторник		
Завтрак		
Суп молочный с вермишелью	150	200
Хлеб со сливочным маслом	25/5	30/15
Чай с молоком	180	200
Второй завтрак		
Груша	10	10
Обед		
Салат из свежих помидор и огурцов	60	60
Свекольник на костно-мясном бульоне	150	200
Отварная гречка с мясной котлетой	150	150
Кисель С-витаминизированный	180	200
хлеб	35	50
Полдник		
Вафли	20	40
Чай с молоком	150	200
8-й день среда		
Каша рисовая	150	200
Хлеб со сливочным маслом	25/7	30/15
Какао с молоком	180	200
Второй завтрак		
апельсин	10	10
Обед		

Салат из свеклы с изюмом	60	60
Суп гороховый на костно-мясном бульоне	150	200
Голубцы ленивые 150	150	150
Компот из кураги С - Витаминизированный	180	200
Хлеб	30	50
Полдник		
Булочка с сахаром	80	80
Чай с молоком	180	200
9 день четверг		
Завтрак		
Каша ячневая	150	200
Булочка со сливочным маслом	25/5	30/15
Кофейный напиток с молоком	180	200
Второй завтрак		
Арбуз	10	10
Обед		
Салат морковно- яблочный	60	60
Суп рыбный из натуральной сайры в масле	150	200
Отварная лапша с сосиской	150/70	150/70
Компот урюк-С витаминизированный	180	200
Хлеб	30	50
Полдник		
Блины со сгущенным молоком	80	80
Чай с молоком		
10-й день пятница		
Завтрак		
Каша пшеничная	150	200
Какао с молоком	180	200
Хлеб со сливочным маслом	25/5	30/15
Второй завтрак		
яблоко	10	10
Обед		
Салат из зеленого горошка	60	60
Салат рисовый на костно-мясном бульоне	150	200
Буузы	150	150
Каркаде	180	200
Хлеб	35	50
Полдник		
Песочники	20	40
Чай с лимоном	180	200