

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ ЦРР-д/с 53



Иванова

И.Н.Иванова

« 29 » 01 2017 г.

Зимне-весеннее

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

ДЛЯ ДЕТЕЙ 1,5 – 3-х ЛЕТ.

(меню составлено на основе «Сборника рецептов блюд
и кулинарных изделий для предприятий
общественного питания». – Киев; Москва, 2005)

								Суп рассольник Петербургский со сметаной		
	Суп картофельный с крупой с		Борщ с капустой свежей со сметаной	143/7	Бульон куриный	150	Суп картофельный с		143/7	
	рыбными консервами	150	Бифштекс в вине	48/140	Гренки из пшеничного улова	20	макаронными изделиями	150	Зразы рубленные с яйцом	70
УЗНАКОМ	Шницель	60	Пюре картофельное	150	Котлеты из бройлеров цыплят	60	Биточки из бройлеров цыплят	60	Пюре картофельное	150
	Каша пшеничная овсянчатая		Соус томатный	30	Капуста тушенная	150	Овощное рагу	150	Соус сметанный с томатом	30
	Соус красный острый	30	Хлеб пшеничный		Хлеб ржаной	40	Хлеб пшеничный	20	Капуста квашенная	30
	Капуста квашенная	30	Хлеб ржаной	20/40	Кисель из концентрата с нит. "С"	150	Хлеб ржаной	40	Хлеб пшеничный	20
	Хлеб пшеничный	20	Компот из смеси сухофруктов с вит "С"	150			Компот из смеси сухофруктов с вит "С"	150	Хлеб ржаной	40
	Хлеб ржаной	40					Вареники пельменные оптварные	150	Компот из смеси сухофруктов с вит "С"	150
ПОЛДНИК	Компот из смеси сухофруктов с вит "С"	150	Тфтели рыбные	75			Соус молочный сладкий	50		
	Пудинг из творога	120	Соус сметанный с томатом	30	Каша пшенная жидкая	150	Чай с лимоном	150/12/5		
	Молоко сгущенное	20	Рис припущенный	150	Ватрушка с творогом	60	Кондитерские изделия	1 шт.	Каша гречневая жидкая	150
	Кавказ с молоком	150/10	Хлеб пшеничный	20	Кефир	150			Пряник	30
			Чай с лимоном	150/12/5					Кефир	150
			Кондитерские изделия	1 шт.						

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ ЦРР-д/с 53



Иванова И.Н.Иванова

«*09*» *01* 2017г.

Зимне-весеннее

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

ДЛЯ ДЕТЕЙ 3 – 7 ЛЕТ.

(меню составлено на основе «Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания». – Киев; Москва, 2005)

Десятидневное меню для детей от 3 до 7 лет

	ДЕНЬ 1		ДЕНЬ 2		ДЕНЬ 3		ДЕНЬ 4		ДЕНЬ 5	
	Наименование блюд		Наименование блюд		Наименование блюд		Наименование блюд		Наименование блюд	
Завтрак	Яйцо вареное	40	Каша пшеничная вязкая	200	Омлет натуральный	75	Каша пшеничная вязкая	200	Каша манная жидкая	200
	Горошек консервированный	60	Бутерброд с сыром	30/5 /10	Икра из кабачков консервированная	60	Бутерброд с сыром	30/5 /10	Бутерброд со сливочным маслом	30/5
	Хлеб пшеничный	20	Кофейный напиток	200/12	Хлеб пшеничный	20			Кофейный напиток	200/12
	Бутерброд со сливочным маслом	30/5	Фрукты свежие	1 шт	Бутерброд с сыром	30/5 /10	Какао с молоком	200/12	Сок	100 гр.
	Чай с лимоном	200/15/7			Чай с лимоном	200/15/7	Фрукты свежие	1 шт		
	Фрукты свежие	1 шт			Сок	100 гр.				
Обед	Борщ с фасолью с картофелем со сметаной	240/10	Суп картофельный с бобовыми	250	Борщ с капустой с картофелем со сметаной	240/10	Суп картофельный с клецками	200/50	Борщ с капустой с картофелем со сметаной	240/10
	Биточек из говядины	80	Гуляш	50/75	Котлеты из бройлеров сытные	75	Плов из птицы курицы	46/130	Жаркое по домашнему	68/132
	Гарнир крупа гречневая	150	Макаронные изделия отварные	150	Пюре картофельное	150	Капуста квашенная	50	Огурец соленый	50
	Соус красный основной	50	Капуста квашенная	50	Соус красный основной	50	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30
	Огурец соленый	50			Огурец соленый	50	Хлеб ржаной	50		
	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30			Хлеб ржаной	50
	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Компот из смеси сухофруктов +вит "С"	200	Компот из смеси сухофруктов +вит "С"	200
	Компот из смеси сухофруктов +вит "С"	200	Компот из смеси сухофруктов +вит "С"	200	Компот из смеси сухофруктов +вит "С"	200	Рыба тушеная в томате с овощами	70/50	Каша гречневая жидкая	200
	Запеканка из творога	150	Шницель рыбный натуральный	80	Каша ячневая жидкая	200	Икра свекольная	150	Жаркое с начинкой (с картофелем)	80
	Молоко сквашенное	20	Картофель в молоке	150	Булочка одобная (плюшка)	80	Хлеб пшеничный	20	Какао с молоком	200/12
Ужин			Хлеб пшеничный	20	Кефир	180	Чай с лимоном	200/15/7		
	Какао с молоком	200/12	Чай с лимоном	200/15/7			Кондитерские изделия	1 шт		
	Кондитерские изделия	1шт	Кондитерские изделия							
				1шт						
	ДЕНЬ 6		ДЕНЬ 7		ДЕНЬ 8		ДЕНЬ 9		ДЕНЬ 10	
	Наименование блюд		Наименование блюд		Наименование блюд		Наименование блюд		Наименование блюд	
Завтрак	Макаронные изделия отварные с овощами	150	Каша Геркулес молочная	200	Омлет натуральный	75	Каша рисовая вязкая	150	Суп молочный с макаронными	200
	Бутерброд со сливочным маслом	30/5	Бутерброд с сыром	30/5 /10	Икра из кабачков консервированных	60			Бутерброд с сыром	30/5 /10
	Хлеб пшеничный	20	Кофейный напиток	200/12	Хлеб пшеничный	20	Бутерброд со сливочным маслом	30/5	Какао с молоком	200/12
	Чай с лимоном	200/15/7			Бутерброд с сыром	30/5 /10				
	Фрукты свежие	1 шт	Фрукты свежие	1 шт	Чай с лимоном	200/15/7	Кофейный напиток	200/12	Сок	100
				Сок	100					

						Фрукты замороженные	1 шт.		
Суп картофельный с капустой с		Бобов с капустой свежей или квашенной со сметаной	240/10	Бульон куриный	250	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	Суп "Рассольник-Петербургский" со сметаной.	240/10
рыбными консервами	250	Бифштексов	50/50	Гренки из пшеничного хлеба	30	Котлета из бройлера с пылу пылу	75	Зразы рубленые с яйцом	80
Шницель	30	Гюле картофельное	150	Курочка отварная домашняя	80	Овощное рагу	150	Соус сметанный с томатом	50
Каша пшеничная рассыпчатая (варить)	150	Огурец соевый	50	Калюшка тушеная	150	Хлеб пшеничный	20	Гюле картофельное	150
Соус красный острый	50	Хлеб пшеничный	30	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Капуста квашенная	50
Капуста квашенная	50	Хлеб ржаной	50	Кисель из концентрата + вит "С"	200	Компот из смеси сухофруктов + вит "С"	200	Хлеб пшеничный	30
Хлеб пшеничный	20	Компот из смеси сухофруктов + вит "С"	200					Хлеб ржаной	50
Хлеб ржаной	50	Тфтели рыбные	75			Вареники ленивые отварные	150	Компот из смеси сухофруктов + вит "С"	200
Компот из смеси сухофруктов + вит "С"	200	Соус сметанный с томатом	50	Каша пшеничная жидкая	200	Соус молочный сладкий	50	Каша гречневая жидкая	200
Пудинг из творога	150	Рис припущенный	150	Ватрушка с творогом	80	Хлеб пшеничный	20	Пирожок	60
Молоко сгущенное	20	Хлеб пшеничный	20	Кефир	180	Чай с лимоном	200/15/7	Кефир	180
Кефир с молоком	200/12	Чай с лимоном	200/15/7			Кондитерские изделия	1 шт.		
Кондитерские изделия	1 шт.	Кондитерские изделия	1 шт.						