

*Десятидневное меню сад/ясли
(Осеннее – зимний период)
С 01.01.2021 по 28.02.2021*

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница

Завтрак

Каша ячневая	Салат из зеленого горошка	Запеканка из творога	Суп молочный с макаронными изделиями	Каша пшеничная	Каша из смеси круп	Каша манная	Салат из моркови с растительным маслом	Суп молочный с макаронными изделиями	Каша геркулесовая
Чай с сахаром	Омлет натуральный	Кисель	Чай с молоком	Кофейный напиток	Чай с молоком	Какао с молоком	Омлет натуральный	Чай с молоком	Какао с молоком
Батон нарезной с маслом	Кофейный напиток	Какао с молоком	Батон нарезной с маслом	Батон нарезной с маслом	Батон нарезной с маслом	Батон нарезной с маслом	Кофейный напиток	Батон Нарезной с маслом	Батон нарезной с маслом
Сыр	Батон нарезной	Батон нарезной с маслом	Сыр		Сыр		Батон нарезной Сыр		Сыр

2-й завтрак

Фрукты	Сок	Фрукты	Сок	Фрукты	Фрукты	Сок	Фрукты	Сок	Фрукты
--------	-----	--------	-----	--------	--------	-----	--------	-----	--------

Обед

Салат из свеклы с маслом	Салат из моркови с яблоками и растительным маслом	Салат из отварного картофеля, с зеленым горошком, растительным маслом	Салат из отварной свеклы с морковью с маслом растительным	Салат из белокочанной капусты с морковью с растительным маслом	Салат из Белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом	Салат зимний	Салат из белокочанной капусты с яблоками	Салат из свеклы с сыром с растительным маслом	Салат из Моркови с растительным маслом
Суп картофельный с горохом	Рассольник ленинградский со сметаной	Суп овощной с сметаной	Борщ со сметаной	Уха рыбацкая	Суп крестьянский с крупой со сметаной	Суп-пюре из разных овощей с гренками	Щи со сметаной	Суп-лапша домашняя с курицей	Уха рыбацкая
Тефтели Рыбные в соусе	Котлета мясная	Тефтели мясные	Суфле из печени с гречей	Зразы ленивые	Шницель рыбный	Биточек мясной		Биточек куриный	Фрикадельки из мяса говядины тушеные в соусе сметанном
Пюре картофельное	Пюре гороховое	Капуста тушеная	Соус красный основной	Пюре розовое	Пюре картофельное	Капуста тушеная	Жаркое по- домашнему	Рис отварной	Макаронные изделия отварные
Сок	Компот из сухофруктов	Компот из кураги	Компот из свежих яблок	Компот из сухофруктов	Сок	Компот из свежих яблок	Компот из сухофруктов	Соус красный основной	Компот из сухофруктов
Хлеб ржано - пшеничный	Хлеб ржано - пшеничный	Хлеб ржано - пшеничный	Хлеб ржано - пшеничный	Хлеб ржано - пшеничный	Хлеб ржано - пшеничный	Хлеб ржано - пшеничный	Хлеб ржано - пшеничный	Кисель	Хлеб ржано - пшеничный
								Хлеб ржано - пшеничный	

Полдник

Ватрушка с творогом	Пряник	Сдоба обыкновенная	Вафли	Батон с повидлом	Вафли	Запеканка из творога	Пирожки печенные с яблоками	Пряник	Пирожки печенные с капустой и яйцом	
	Фрукты		Фрукты			Кисель				Фрукты
						Батон нарезной				
Молоко кипяченое	Чай с сахаром	Чай с лимоном	Напиток йогуртовый «Снежинка»	Молоко кипяченое	Чай с сахаром	Чай с лимоном	Молоко кипяченое	Напиток йогуртовый «Снежинка»	Молоко кипяченое	

Допускаются в сентябре замена салатов из сезонных овощей: огурцов, помидор. День 3 –й «Салат из свежих огурцов с растительным маслом», тех карта №9. День – 7-й «Салат из помидор и огурцов с растительным маслом» тех. карта №13.

При составлении меню использовались технологические карты из:

- картотека блюд и кулинарных изделий для пищеблоков детских дошкольных учреждений. г. Киров 2005. Разработана Департаментом образования Кировской области;
- сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях (1,2 часть). Составители: Гращенков Д.В., Николаева Л.И. Екатеринбург 2011.
- «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» г. Моства Дели принт. 2012 г