

Примерное меню

С 01.03.2021 по 31.05.2021

МКДОУ д/с №16

С 10,5 часовым пребыванием детей

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ясли, дошкольные группы (весенне-летний период)									
Первый день	Второй день	Третий день	Четвертый день	Пятый день	Шестой день	Седьмой день	Восьмой день	Девятый день	Десятый день
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак									
Каша рисовая	Запеканка из творога	Салат из зеленого горошка	Суп молочный с макаронным и изделиями	Каша ячневая	Каша манная	Салат из зеленого горошка	Каша из смеси круп	Суп молочный с макаронным и изделиями	Каша пшеничная
Чай с молоком	Кисель из концентрата	Омлет натуральный	Кофейный напиток	Чай с молоком	Чай с сахаром	Омлет натуральный	Чай с молоком	Кофейный напиток	Чай с молоком
Батон нарезной с маслом сливочным	Кофейный напиток	Какао	Батон нарезной	Батон нарезной с маслом сливочным и яйцом	Батон нарезной с маслом сливочным	Кофейный напиток	Батон нарезной с маслом сливочным	Батон нарезной	Батон нарезной с маслом сливочным и яйцом
сыр	Батон нарезной	Батон нарезной с маслом сливочным	сыр		сыр	Батон нарезной		сыр	
2 завтрак									
Фрукты	Сок	Фрукты	Сок	Фрукты	Фрукты	Сок	Фрукты	Сок	Фрукты
Обед									
Салат из отварной свеклы с морковью, с маслом раст. / Салат из свежих огурцов и помидоров с раст.маслом *	Салат из квашеной капусты с яблоками / Салат из свежих помидоров*	Салат из отварного картофеля с зеленым луком / Салат из свежих огурцов*	Салат из припущенной моркови с яблоками	Салат из свеклы с сыром и раст.маслом / Салат из белокочанной капусты с яблоками*	Салат из свеклы с маслом	Салат из квашеной капусты / Салат из свежих помидор*	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с раст.маслом / Салат из свежих огурцов*	Салат из отварного картофеля с огурцами и раст.маслом / Салат из белокочанной капусты*	Салат из припущенной моркови с яблоками
Щи со свежей капусты с картофелем	Уха рыбацкая	Суп-пюре из разных овощей с гренками	Суп-лапша домашняя с курицей	Суп овощной со сметаной	Суп картофельный с горохом	Рассольник ленинградский со сметаной	Уха рыбацкая	Борщ со сметаной	Суп картофельный с мясными фрикадельками
Биточек паровой	Картофельная запеканка с мясом	Биточек из говядины	Котлета рубленая из птицы	Тефтели рыбные в соусе	Гуляш	Котлета	Голубцы ленивые	Печень по-Строгановски	Шницель рыбный
Каша гречневая рассыпчатая	Соус сметанный с томатом	Капуста тушеная	Пюре гороховое	Пюре картофельное	Макаронные отварные	Пюре розовое	Соус сметанный с томатом	Рис	Рагу из овощей
Соус сметанный	Компот из сухофруктов	Сок	Компот из свежих яблок	Компот из сухофруктов	Соус красный основной	Компот из свежих яблок	Сок	Компот из сухофруктов	Кисель из концентрата
Компот из кураги	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
Хлеб ржаной					Хлеб ржаной				
Полдник									
Пирожки печеные с яблоками	Вафли Фрукты	Сдоба обыкновенная	Пряник Фрукты	Батон с повидлом	Ватрушка с творогом	Пряник Фрукты	Запеканка из творога кисель из концентрата батон нарезной	Пирожки печеные с капустой	Сушка
Молоко кипяченое	Напиток йогуртный «Снежинка»	Молоко кипяченое	Чай с лимоном	Молоко кипяченое	Молоко кипяченое	Чай с лимоном	Молоко кипяченое	Напиток йогуртный «Снежинка»	Молоко кипяченое

* переход на салат из сезонных овощей.

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: Гращенко Д.В., Николаева Л.И. Екатеринбург 2011.

- «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» г. Москва Дели принт. 2012 г