ПЛАН-МЕНЮ

летне-осенний период

для МБДОУ с 8 -10,5 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7лет)

завтрак

	1-я неделя / 1. понедельник	1-я неделя / 2. вторник	1-я неделя / 3. среда	1-я неделя / 4. четверг	1-я неделя / 5. пятница
1	Каша пшенная с фруктами и вареньем	Каша геркулесовая молочная (жидкая)	Омлет запеченый с сыром	Каша молочная рисовая (жидкая)	Каша молочная кукурузная (жидкая)
2	Масло сливочное	Масло сливочное	Масло сливочное	Масло сливочное	Масло сливочное
3	Печенье	Сыр	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Чай с молоком
4	Чай с молоком сгущеным	Хлеб пшеничный	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Хлеб пшеничный
5		Какао с молоком	Конфета шоколадная	Пряники	
6					

2ой завтрак

1	Сок абрикосовый	Сок апельсиновый	Снежок	Напиток витаминизированный	Сок виноградный

обед

1	Огурцы свежие порционно	Редис свежий	Огурцы свежие порционно	Икра морковная	Помидоры свежие порционные
2	Борщ со сметаной	Суп картофельный с рисом	Щи из свежей капусты со сметаной	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	Рассольник ленинградский со сметаной
3	Сосиски отварные	Котлета из говядины	Гуляш из говядины	Биточки из птицы паровые	Шницель
4	Картофельное пюре	Рагу из овощей	Каша гречневая вязкая	Макароны отварные с овощами	Картофельное пюре
5	Компот из яблок	Чай с джемом	Кисель из сока	Компот из груш	Компот из изюма
6	Хлеб ржаной.	Хлеб ржаной.	Хлеб ржаной.	Хлеб ржаной.	Хлеб ржаной.

уплотненный полдник

1	Салат из вареных овощей	Пудинг творожно-яблочный с соусом молочным	Помидоры свежие порционные	Вареники ленивые с молочным соусом	Икра кабачковая
2	Рыба отварная по-польски	Хлеб пшеничный	Котлеты капустные	Свекла, тушенная в сметане	Галки рыбные
3	Хлеб пшеничный	Бифидок	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
4	Кефир	Груши	Булочка Творожная	Йогурт	Ряженка с сахаром
5	Апельсин		Чай с лимоном	Яблоки	Банан
6			Банан		

ПЛАН-МЕНЮ

летне-осенний период

для МБДОУ с 8 -10,5 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7лет)

завтрак

	2-я неделя / 1. понедельник	2-я неделя / 2. вторник	2-я неделя / 3. среда	2-я неделя / 4. четверг	2-я неделя / 5. пятница
1	Макароны, запеченные с сыром	Каша перловая молочная (жидкая)	Каша молочная манная (жидкая)	Каша молочная "Дружба"	Каша гречневая вязкая
2	Салат из зеленого горошка	Масло сливочное	Масло сливочное	Сыр	Молоко кипяченое
3	Масло сливочное	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Масло сливочное	Масло сливочное
4	Печенье	Кофейный напиток с молоком	Чай с молоком	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
5	Чай с молоком сгущеным		Вафли	Кофейный напиток с молоком	Чай с молоком

2ой завтрак

1	Сок вишневый	Сок персиковый	Напиток витаминизированный	Кефир	Снежок

обед

1	Огурцы свежие порционно	Помидоры свежие порционные	Огурцы свежие порционно	Помидоры свежие порционные	Огурцы свежие порционно
2	Суп картофельный с клецками	Щи из свежей капусты	Борщ с фасолью	Суп из овощей	Суп картофельный с горохом
3	Суфле куриное на пару	Тефтели из говядины с красным соусом	Оладьи из печени	Бефстроганов	Гренки из пшеничного хлеба
4	Кабачки, запеченные под соусом	Картофельное пюре	Рагу из овощей	Картофельное пюре	Фрикадельки из птицы с соусом
5	Компот из яблок	Компот из чернослива	Кисель плодовоягодный	Компот из груш	Пюре свекольное
6	Хлеб ржаной.	Хлеб ржаной.	Хлеб ржаной.	Хлеб ржаной.	Компот из кураги
					Хлеб ржаной.

уплотненный полдник

1	Оладьи из творога с вареньем	Рыба запеченая под омлетом	Зразы из творога с изюмом	Салат "Мозаика"	Запеканка из творога
2	Морковь тушенная с яблоками	Пирожки печеные с капустой	Хлеб пшеничный	Фрикадельки рыбные в соусе	Булочка "Веснушка"
3	Бифидок	Чай с джемом	Ряженка	Чай с лимоном	Чай с джемом
4	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Яблоки	Хлеб пшеничный	Груши
5	Груши	Банан		Апельсин	

ПЛАН-МЕНЮ

летне-осенний период

для МБДОУ с 8 -10,5 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7лет)

завтрак

	3-я неделя / 1. понедельник	3-я неделя / 2. вторник	3-я неделя / 3. среда	3-я неделя / 4. четверг	3-я неделя / 5. пятница
1	Рыба припущенная	Каша молочная пшенная с тыквой	Каша молочная ячневая (вязкая)	Запеканка из творога с молочным соусом	Каша молочная манная (жидкая)
2	Рис запеченный с овощами	Масло сливочное	Сыр	Масло сливочное	Сыр
3	Масло сливочное	Какао с молоком	Масло сливочное	Какао с молоком	Масло сливочное
4	Печенье	Хлеб пшеничный	Кофейный напиток с молоком	Хлеб пшеничный	Чай с молоком
5	Чай с молоком сгущеным	Мармелад	Хлеб пшеничный	Зефир	Хлеб пшеничный
6					

2ой завтрак

1	Сок абрикосовый	Сок виноградный	Напиток витаминизированный	Сок апельсиновый	Кефир

обед

1	Помидоры свежие порционные	Редис свежий	Помидоры свежие порционные	Икра кабачковая	Помидоры свежие порционные
2	Рассольник домашний со сметаной	Суп гороховый с гренками	Борщ (без капусты) со сметаной	Суп картофельный	Щи из свежей капусты со сметаной
3	Зразы рубленные говяжьи паровые	Сосиски отварные	Котлета "Здоровье"	Печень говяжья по-строгановски	Куры отварные
4	Картофельное пюре	Капуста тушеная	Рагу из овощей	Макароны отварные	Картофельное пюре с зеленью
5	Компот из сухофруктов	Кисель из сока	Чай с сахаром	Чай с лимоном	Компот из яблок
6	Хлеб ржаной.	Хлеб ржаной.	Хлеб ржаной.	Хлеб ржаной.	Хлеб ржаной.

уплотненный полдник

1	Вермишель молочная	Сырники с морковью и молочным соусом	Суфле из рыбы (запеченое с соусом)	Каша молочная "Дружба"	Салат из вареных овощей
2	Чай с сахаром	Снежок	Картофель отварной с зеленью	Ряженка	Сельдь
3	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Бифидок	Хлеб пшеничный	Чай с джемом
4	Пирожки печеные с капустой	Апельсин	Хлеб пшеничный	Яблоки	Ватрушка с повидлом
5	Груши		Банан		Хлеб пшеничный
6					Банан

ПЛАН-МЕНЮ

летне-осенний период

для МБДОУ с 8 -10,5 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7лет)

завтрак

	4-я неделя / 1. понедельник	4-я неделя / 2. вторник	4-я неделя / 3. среда	4-я неделя / 4. четверг	4-я неделя / 5. пятница
1	Яйцо вареное	Каша молочная манная (жидкая)	Омлет с помидорами	Каша молочная кукурузная (жидкая)	Каша гречневая с молоком (вязкая)
2	Плов фруктовый	Сыр	Горошек консервированный отварной с маслом	Сыр	Сыр
3	Масло сливочное	Масло сливочное	Масло сливочное	Масло сливочное	Масло сливочное
4	Печенье	Какао с молоком	Кофейный напиток с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком
5	Чай с молоком сгущеным	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
6				Конфета шоколадная	

2ой завтрак

1	Сок вишневый	Кефир	Напиток витаминизированный	Сок персиковый	Бифидок

обед

1	Огурцы свежие порционно	Помидоры свежие порционные	Огурцы свежие порционно	Салат из свеклы с р/маслом	Икра кабачковая
2	Борщ (без картофеля) со сметаной	Суп лапша домашняя	Щи из свежей капусты со сметаной	Суп картофельный с макаронными изделиями	Суп из овощей
3	Жаркое по-домашнему	Котлета из птицы	Биточки паровые	Голубцы ленивые	Рулет мясной с луком и яйцом
4	Компот из кураги	Картофель в молоке	Картофельное пюре	Компот из яблок	Макароны отварные
5	Хлеб ржаной.	Кисель из сока	Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной.	Компот из изюма
6		Хлеб ржаной.	Хлеб ржаной.		Хлеб ржаной.

уплотненный полдник

1	Пудинг творожный с молоком сгущеным	Салат "Здоровье"	Пудинг овощной	Сырники с джемом	Картофельное пюре
2	Ряженка	Тефтели рыбные паровые с соусом	Чай с лимоном	Снежок	Рыба отварная под маринадом
3	Хлеб пшеничный	Чай с джемом	Пирожки печеные с яблоками	Хлеб пшеничный	Булочка Домашняя
4	Яблоки	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Апельсин	Хлеб пшеничный
5		Банан	Груши		Чай с джемом
6					Яблоки