



Уважаемые родители!

с организацией питания в нашем детском саду

Вы можете ознакомиться на этой страничке.

Организация полноценного, сбалансированного питания детей-одно из важных направлений деятельности нашего детского сада. Контроль за качеством питания, закладкой продуктов питания, кулинарной обработкой, выходом блюд, вкусовыми качествами пищи, правильностью хранения и соблюдением сроков реализации продуктов питания осуществляет специалист по организации питания и охране жизни и здоровья детей. Активно работает комиссия по питанию, куда входят представители работников детского сада. Согласно санитарно-гигиеническим требованиям соблюдение режима питания организовано 4-х разовое питание детей (в соответствии с п.15.4. и 15.11. СанПин 2.4.1.3049-13)

- *Завтрак*
- *Второй завтрак*
- *Обед*
- *Уплотненный полдник*

Основой для составления ежедневного меню является примерное десятидневное перспективное (сезонное) меню, разработанное с учётом последних требований диетологии и СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций", дифференцированное по двум возрастным группам детей (1-3 года и 3-7 лет) с 12 - часовым пребыванием в ДОУ и раскалькуляцией всех блюд и изделий с технологическими картами для применения в работе. Для приготовления блюд наши повара пользуются технологическими картами, что обеспечивает сбалансированность питания по белкам, жирам, углеводам и калорийность.



Меню 10-и дневное.

Понедельник



Завтрак.

Каша пшеничная.
Какао с молоком.
Хлеб с маслом, сыром.



II завтрак.

Сок фруктовый.



Обед.

Суп «Харчо»
Азу.
Салат из соленых огурцов с луком.
Кисель фруктовый, хлеб ржаной.



Ужин.
Твороженная запеканка.
Печенье.
Молоко кипяченое.
Груша.

Вторник



Завтрак.

Каша ячневая.
Какао с молоком.
Хлеб с маслом.



II завтрак.

Ряженка.



Обед.

Щи со свежей капустой и сметаной.
Шницели мясные под соусом с
гороховым пюре.
Салат из кукурузы.
Компот ассорти из сухофруктов с
изюмом.
Хлеб ржаной.



Ужин.

Пирожок печеный из дрожевого теста с рыбой, капустой, луком.

Хлеб пшеничный.

Банан.

Чай с лимоном.

Среда



Завтрак.

Каша из гречневой крупы.
Какао с молоком.
Хлеб с маслом, сыром.



II завтрак.

Сок фруктовый.



Обед.

Суп картофельный с клёцками.
Плов из птицы.
Салат из отварной свеклы с яблоком.
Кисель фруктовый.
Хлеб ржаной.



Ужин.

Запеканка из творога со
сгущенным молоком.

Булочка «Шанежка».

Молоко кипяченое.

Хлеб пшеничный.

Банан.

Четверг



Завтрак.

Каша рисовая.
Какао с молоком.
Хлеб с маслом, повидлом.



II завтрак.

Сок фруктовый.



Обед.

Суп рассольник со сметаной.
Овощное рагу с отварным мясом.
Салат из зеленого горошка с луком.
Напиток из шиповника.
Хлеб ржаной



Ужин.

Зразы рыбные с яйцом под соусом
с картофельно – морковным пюре.

Чай с лимоном.

Хлеб пшеничный.

Яблоко.

Пятница



Завтрак.

Каша сборная «Рябчик» на молоке.
Какао с молоком.
Хлеб с маслом, сыром.



II завтрак.

Сок фруктовый.



Обед.

Суп картофельный с фасолью.
Беф – строганов из говяжьего сердца (печени) с макаронными изделиями.
Салат из свежей моркови.
Напиток из лимона.
Хлеб ржаной.



Ужин

Омлет натуральный с салатом
«Степной».

Чай сладкий.

Хлеб пшеничный.

Яблоко.

Понедельник



Завтрак.

Каша пшеничная.
Кофейный напиток с молоком.
Хлеб с маслом, повидлом.



II завтрак.

Сок фруктовый.



Обед.

Суп картофельный с горохом.
Голубцы ленивые под соусом с
отварным рисом и овощами.
Салат винегрет.
Хлеб ржаной.
Кисель фруктовый.



Ужин.

Пудинг творожено – банановый
со сметанным соусом.

Вафли.

Молоко кипяченое.

Хлеб пшеничный.

Груша.

Вторник



Завтрак.

Каша ячневая.
Какао с молоком.
Хлеб с маслом.



II завтрак.

Кефир.



Обед.

Суп «Свекольник» со сметаной.
Биточки мясные под соусом с
отварной гречневой крупкой и
овощами.
Салат из соленых томатов с луком.
Компот ассорти из сухофруктов с
изюмом.
Хлеб ржаной.



Ужин.

Расстегай с рыбой, капустой,
морковью и луком.

Хлеб пшеничный.

Яблоко.

Чай с лимоном.

Среда



Завтрак.

Каша «Дружба»
Кофейный напиток с молоком.
Хлеб с маслом.

II завтрак.

Сок фруктовый.

Обед.

Суп картофельный с макаронными изделиями.
Птица тушенная в томатном соусе с овощами.
Салат из квашенной капусты с луком.
Кисель фруктовый.
Хлеб ржаной.



Ужин.
Кух сдобный.
Сырники из творога с фруктовым повидлом.
Молоко кипяченое.
Хлеб пшеничный.
Груша.

Четверг



Завтрак.

Каша манная.
Какао с молоком.
Хлеб с маслом, сыром.



II завтрак.

Сок фруктовый.



Обед.

Суп картофельный с зеленым горошком.
Жаркое по домашнему.
Икра овощная.
Напиток из шиповника.
Хлеб ржаной



Ужин.
Котлеты рыбные любительские
под соусом с картофельным пюре.
Чай с лимоном.
Хлеб пшеничный.
Яблоко.

Пятница



Завтрак.

Каша «Геркулес» из овсяных хлопьев.
Какао с молоком.
Хлеб с маслом, сыром.



II завтрак.

Сок фруктовый.



Обед.

Борщ со сметаной.
Гуляш из отварного мяса с
картофельным пюре.
Сельдь с зеленым горошком и луком.
Напиток из лимона.
Хлеб ржаной.



Ужин

Драчёна с салатом из отварной свеклы.

Чай сладкий.

Хлеб пшеничный.

Яблоко.