

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ - д/с №5

*Г.Н. Безик*

Пр. № 19 «20» февраля 2021 г.

*Примерное десятидневное меню для детей дошкольного возраста с 10,5 – часовым пребыванием в МБДОУ-детском саду №5 «Гуси-лебеди» (возраст от 1 до 7 лет) весенне-летний период*

**Первая неделя**

№ рец.	Прием пищи	Понедельник(1)	3-7 лет	1-3 г.	Вторник(2)	3-7 лет	1-3 г.	Среда(3)	3-7 лет	1,5-3 г.	Четверг(4)	3-7 лет	1-3 г.	Пятница(5)	3-7 лет	1-3 г.
	Завтрак	Каша манная жидкая молочная	200	150	Каша пшеничная молочная	200	150	Суп молочный с макаронными изделиями	200	150	Каша овсяная "Геркулес" жидкая молочная	200	150	Каша рисовая ~ Молочная жидкая	200	150
		Чай с сахаром	200	150	Чай с сахаром	200	150	Чай с сахаром	200	150	Чай с сахаром	200	150	Чай с молоком	200	150
		Хлеб пшеничный с маслом сливоч.	40/10	30/08	Хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр	40/10/7	30/8/5	Хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыром	40/10/7	30/8/5	Хлеб пшеничный с маслом , сыром	40/10/7	30/8/5	Хлеб пшенич с маслом сливоч. , сыром	40/10/8	30/8/5
	Обед	Салат овощной	60	40	Салат витаминный	60		Салат из свежей капусты с луком растит. маслом	60	40	Салат из отварной свеклы с луком	60	40	Салат овощной с раст. маслом		
ТТК		Суп рыбный с крупой	200	150	Суп – лапша с мясом курицы	200	150	Суп свекольный с мясом курицы со сметаной	200	150	Борщ с мясом курицы со сметаной	200	150	Суп геркулесовый с мясом курицы	200	150
146		Тефтели мясные, соус томатно-сливочный	80/20	50/20	Голубцы ленивые с отварным мясом	230	200	Котлета рубленая из мяса птицы	80	50	Тефтели рыбные (мясные) запеч.в томатном соусе	80	50	Жаркое по-домашнему с маслом	150	120
206		Каша гречневая рассыпчатая	150	100				Пюре картофельное	150	120	Макароны отварные	150	100	Котлета мясная	80	50
ТТК		Компот из сухофруктов	200	150	Компот из сухофруктов	200	150	Компот из сухофруктов	200	150	Компот из сухофруктов	200	150	Компот из сухофруктов	200	150
		Хлеб пшеничн.	-		Хлеб пшеничный	-					Хлеб пшеничн.			Хлеб пшеничн.		
		Хлеб ржаной	50	40	Хлеб ржаной	50	40	Хлеб ржаной	50	40	Хлеб ржаной	50	40	Хлеб ржаной	50	40
110	Полдник	Запеканка творожно-рисовая с изюмом	100	80	Булочка творожная (Ватрушка с творогом)	90	60	Запеканка манная	80	50	Пирожок печеный с начинкой (ватрушка)	80/20	50/20	Оладьи с маслом	80/5	50/5
226											Фрукты	100	95			
251			Молоко пастеризованное	200	150	Молоко пастеризованное	200	150	Молоко пастеризованное	200	150	Молоко пастеризованное	200	150	Молоко пастеризован.	200

## Вторая неделя

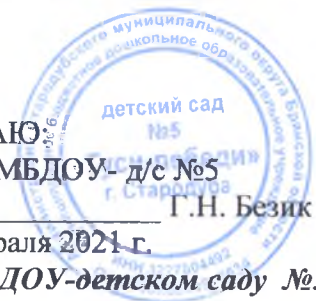
№ реп.	Прием пищи	Понедельник(6)	3- 7лет	1-3 г.	Вторник(7)	3-7 лет	1-3 г.	Среда(8)	3-7 лет	1-3 г.	Четверг(9)	3-7 лет	1-3 г.	Пятница(10)	3-7 лет	1-3 г.
	Завтрак	Каша овсяная "Геркулес" жидкая молочная	200	150	Каша «Дружба» молочная	200	150	Каша гречневая молочная с маслом	200	150	Каша манная молочная	200	150	Суп молочный с макаронными изделиями	200	150
		Чай с сахаром	200	150	Чай с сахаром	200	150	Чай с сахаром	200	150	Чай с сахаром	200	150	Чай с сахаром	200	150
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным	40/10	30/10	Хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр	40/10/7	30/10/5	Хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыром	40/10/7	30/8/5	Хлеб пшеничный с маслом	40/10/8	30/8	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	40/10	30/8
ТТК	Обед	Салат из свежей капусты с раст маслом	60	40	Салат из отварной свеклы с раст маслом и луком	60	40	Салат витаминный	60	40	Салат из свежей капусты с раст маслом	60	40	Салат овощной с растит. маслом	60	40
ТТК		Суп гороховый мясом	200	150	Рассольник со сметаной с мясом курицы	200	150	Суп овсяный с мясом курицы	200	150	Свекольник с мясом курицы со сметаной	200	150	Щи из свежей капусты с мясом курицы со сметаной	200	150
		Котлета мясная	80	50	Тефтели мясные в том.слив. соусе	80	50	Биточки мясные	80	50	Котлета рыбная	80	50	Котлета мясная	80	50
146		Каша рисовая рассыпчатая	150	100	Картофельное пюре с маслом	150	120	Капуста тушеная	150	120	Макароны отварные	150	100	Жаркое подомашнему с маслом	150	120
ТТК		Компот из сухофруктов	200	150	Компот из сухофруктов	200	150	Кисель витаминизирован.	200	150	Компот из сухофруктов	200	150	Компот из сухофруктов	200	150
		Хлеб пшеничн.	-		Хлеб пшеничный	-					Хлеб пшеничн.			Хлеб пшеничн.		
		Хлеб ржаной	50	40	Хлеб ржаной	50	40	Хлеб ржаной	50	40	Хлеб ржаной	50	40	Хлеб ржаной	50	40
110	Полдник	Запеканка творожная с изюмом	100	80	Оладьи	80	50	Пудинг манный, соус сметанный сладкий	90	50	Булочка молочная домашняя	80	50			
226										Фрукты	100	95	Сырники с маслом	80/3	50/2	
251		Молоко пастериз.	200	150	Молоко пастеризованное	200	150	Кофейный напиток на молоке	200	150	Молоко пастер.	200	150	молоко пастеризов.	200	150

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ- д/с №5

*Г.Н. Безик*

Г.Н. Безик

Пр. № 19 «20» февраля 2021 г.



**Примерное десятидневное меню для детей дошкольного возраста с 10,5 – часовым пребыванием в МБДОУ-детском саду №5 «Гуслебеда» (возраст от 1 до 7 лет) осенне-зимний период**

**Первая неделя**

№ рец.	Прием пищи	Понедельник(1)	3-7 лет	1-3 г.	Вторник(2)	3-7 лет	1-3 г.	Среда(3)	3-7 лет	1,5-3 г.	Четверг(4)	3-7 лет	1-3 г.	Пятница(5)	3-7 лет	1-3 г.
	Завтрак	Каша манная жидкая молочная	200	150	Каша пшеничная молочная	200	150	Суп молочный с макаронными изделиями	200	150	Каша овсяная "Геркулес" жидкая молочная	200	150	Каша рисовая Молочная жидкая	200	150
		Чай с сахаром	200	150	Чай с сахаром	200	150	Чай с сахаром	200	150	Чай с сахаром	200	150	Чай с молоком	200	150
		Хлеб пшеничный с маслом сливоч.	40/10	30/08	Хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр	40/10/7	30/8/5	Хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыром	40/10/7	30/8/5	Хлеб пшеничный с маслом , сыром	40/10/7	30/8/5	Хлеб пшенич с маслом сливоч. , сыром	40/10/8	30/8/5
	Обед	Салат овощной	60	40	Салат витаминный	60		Салат из свжей капусты с луком растит. маслом	60	40	Салат из отварной свеклы с луком	60	40	Салат овощной с раст. маслом		
ТТК		Суп рыбный с крупой	200	150	Суп – лапша с мясом курицы	200	150	Суп свекольный с мясом курицы со сметаной	200	150	Борщ с мясом курицы со сметаной	200	150	Суп геркулесовый с мясом курицы	200	150
146		Тефтели мясные, соус томатно-сливочный	80/20	50/20	Голубцы ленивые с отварным мясом	230	200	Котлета рубленая из мяса птицы	80	50	Тефтели рыбные (мясные) запеч.в томатном соусе	80	50	Жаркое подомашнему с маслом	150	120
206		Каша гречневая рассыпчатая	150	100				Пюре картофельное	150	120	Макароны отварные	150	100	Котлета мясная	80	50
ТТК		Компот из сухофруктов	200	150	Компот из сухофруктов	200	150	Компот из сухофруктов	200	150	Компот из сухофруктов	200	150	Компот из сухофруктов	200	150
		Хлеб пшеничн.	-		Хлеб пшеничный	-					Хлеб пшеничн.			Хлеб пшеничн.		
		Хлеб ржаной	50	40	Хлеб ржаной	50	40	Хлеб ржаной	50	40	Хлеб ржаной	50	40	Хлеб ржаной	50	40
110	Полдник	Запеканка творожно-рисовая с изюмом	100	80	Булочка творожная (Ватрушка с творогом)	90	60	Запеканка манная	80	50	Пирожок печеный с начинкой (ватрушка)	80/20	50/20	Оладьи с маслом	80/5	50/5
226											Фрукты	100	95			
251			Молоко пастеризованное	200	150	Молоко пастеризованное	200	150	Молоко пастеризованное	200	150	Молоко пастеризованное	200	150	Молоко пастеризован.	200

## Вторая неделя

№ реп.	Прием пищи	Понедельник(6)	3- 7лет	1-3 г.	Вторник(7)	3-7 лет	1-3 г.	Среда(8)	3-7 лет	1-3 г.	Четверг(9)	3-7 лет	1-3 г.	Пятница(10)	3-7 лет	1-3 г.
	Завтрак	Каша овсяная "Геркулес" жидкая молочная	200	150	Каша «Дружба» молочная	200	150	Каша гречневая молочная с маслом	200	150	Каша манная молочная	200	150	Суп молочный с макаронными изделиями	200	150
		Чай с сахаром	200	150	Чай с сахаром	200	150	Чай с сахаром	200	150	Чай с сахаром	200	150	Чай с сахаром	200	150
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным	40/10	30/10	Хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр	40/10/7	30/10/5	Хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыром	40/10/7	30/8/5	Хлеб пшеничный с маслом	40/10/7	30/8	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	40/10	30/8
ГТК	Обед	Салат из свежей капусты с раст маслом	60	40	Салат из отварной свеклы с раст маслом и луком	60	40	Салат витаминный	60	40	Салат из свежей капусты с раст маслом	60	40	Салат овощной с растит. маслом	60	40
ГТК		Суп гороховый мясом	200	150	Рассольник со сметаной с мясом курицы	200	150	Суп овсяный с мясом курицы	200	150	Свекольник с мясом курицы со сметаной	200	150	Щи из свежей капусты с мясом курицы со сметаной	200	150
		Котлета мясная	80	50	Тефтели мясные в том.слив. соусе	80	50	Биточки мясные	80	50	Котлета рыбная	80	50	Котлета мясная	80	50
146		Каша рисовая рассыпчатая	150	100	Картофельное пюре с маслом	150	120	Капуста тушеная	150	120	Макароны отварные	150	100	Жаркое домашнему с маслом	150	120
ГТК		Компот из сухофруктов	200	150	Компот из сухофруктов	200	150	Кисель витаминизирован.	200	150	Компот из сухофруктов	200	150	Компот из сухофруктов	200	150
		Хлеб пшеничн.	-		Хлеб пшеничный	-					Хлеб пшеничн.			Хлеб пшеничн.		
		Хлеб ржаной	50	40	Хлеб ржаной	50	40	Хлеб ржаной	50	40	Хлеб ржаной	50	40	Хлеб ржаной	50	40
110	Полдник	Запеканка творожная с изюмом	100	80	Оладьи	80	50	Пудинг манный, соус сметанный сладкий	90	50	Булочка молочная домашняя	80	50			
226										Фрукты	100	95	Сырники с маслом	80/3	50/2	
251		Молоко пастериз.	200	150	Молоко пастеризованное	200	150	Кофейный напиток на молоке	200	150	Молоко пастер.	200	150	молоко пастеризов.	200	150