

«УТВЕРЖДАЮ:»
Заведующий МБДОУ № 17


Н.В. Гвоздева

«09» января 2025г.



**«Примерное пятнадцатидневное циклическое меню для
организации питания в детском дошкольном учреждении
с 12-ти часовым пребыванием детей»**

1 день		2 день		3 день		4 день		5 день	
Завтрак									
Каша Дружба молочная	130	150	130	150	160	160	130	150	130
Хлеб пшен. с маслом сливоч.	30/5	40/5	30/10	40/13	30/5	30/5	30/10	40/13	30/5
Какао с молоком	180	200	180	200	180	180	180	200	180
Яйцо	40	40							40
	385	435	350	403	375	405	350	403	385
2-й завтрак									
Сок фруктовый	200	200	150	170	130	150	130	150	130
			Кондитерское изделие	40					
Обед									
октябрь-май: огурец соленый/ июль-сентябрь: июль-ноль: салат из огурец свежий	40	60	40	60	40	60	40	60	40
Борщ со свежей капустой и сметаной	180/6	200/8	180	200	180/15	200/20	180/6	200/8	180
Жаркое "По-Домашнему"	160	200	170	200	110/80	130/6	110	130	110
Компот из кураги	180	200	200	200	60	60	50/20	60/30	60/30
Хлеб ржаной	35	45	35	45	15	20	35	45	35
	601	713	625	705	606	696	601	693	605
Уплотненный полдник									
			40	60					
Блинчики со стученым молоком	100/30	150/30	50/30	50/30	130/7	150/10	110	130	110
Чай с лимоном	184	205	180		180	200	100	100	75
Фрукты свежие	100	100	140	150	100	100	35	45	35
	414	485	475	535	420	460	42,5	47,5	400

Нормы: завтрак 350/400; 2 завтрак 100; обед 450/600; уплотненный полдник 400/450.

6 день		7 день			8 день			9 день			10 день			
		Завтрак												
Каша рисовая молочная жидкая	140	160	Омлет натуральный	160	Каша "Янтарная" с яблоком	140	160	Суп молочный с крупой	130	150	Каша пшеничная молочная жидкая	130	150	
Хлеб пшеничный, масло сливочное	30/5	40/5	Хлеб пшеничный с сыром	30/10	Хлеб пшеничный с маслом	30/ 5	40/13	Хлеб пшеничный с сыром	30/1 0	40/1 3	Хлеб пшеничный с сыром	30/10	40/13	
Коф. напиток	180	200	Какао с молоком	180	Кофейный напиток	180	200	Чай с сахаром	180	200	Кофейный напиток	180	200	
	355	405		380	413		355	405	350	403		350	403	
2-й Завтрак														
Сок фруктовый	200	200	Молоко	150	170	К/м напиток	130	150	К/м напиток	130	150	К/м напиток	130	150
Обед			Кондитерское изделие	20	20									
Суп с рыбными консервами	180	200	Суп Крестьянский со сметаной, яйцом	180/6	200/8	Суп картофельный с крупой	180	200	Салат овощной (морк+свек); инюль- сентябрь; нарезка из свежих огурцов	40	60	Огурец свежий нарезка/ июль-сентябрь помидор свежий	40	60
Овощи тушеные	110	130	Азу с мясом	160	200	Капуста тушеная с мясом	160	200	Суп лапша домашняя на курином бульоне	180	200	Рассольник Ленинградский со смет.	180/6	200/8
Шницель мясной с соусом	50/3 0	50/3 0							Плов с курицей	160	200	Макароны отварные с маслом	110	130
Чай с сахаром	180	200	Сок	200	200	Компот св. яблок с лим	180	200				Печень по-строгановски	50/30	70/30
Хлеб ржаной	35	45	Хлеб ржаной	35	45	Хлеб ржаной	35	45	Компот из ягод свежих	180	200	Компот из сухофруктов	180	200
	555	625		581	653		555	645	Хлеб ржаной	35	45	Хлеб ржаной	35	45
Уплотненный полдник										615	705		631	743
Помидор соленый	40	60	Салат «Винегрет» / август-февраль салат «Витаминный»	40	60	Салат из сельди с луком	40	60						
Картофель запеченный со сметаной и сыром	130	150				Картофельное пюре	110	130	Запеканка творожная со сгущенным молоком	150/ 30	200/ 30	Рыба под омлетом	120	140
Напиток из шипов	180	200	Котлета рыбная	80/30	80/30	Сок фруктовый	200	200	Компот из с/ф	180	200	Чай с лимоном	180/4	200/5
						Напиток витаминизированный		200						
Хлеб пшеничный	35	45	Хлеб пшеничный	35	45	Хлеб пшеничный	25	35	Фрукт свежий	100	100	Хлеб пшеничный	35	45
Фрукты свежие	130	150	Кондитерское изделие	35	35	Булочка домашняя	60	60				Фрукты свежие	130	150
	475	545		400	450		415	485		460	530		469	540

