

Разработано:

Ведущий инженер-технолог МКУ «ЦОМО КГО СК»

\_\_\_\_\_ М.С. Акиншин

29.03.2022 г.

Утверждено:

Заведующий МКДОУ «Детский сад

№ 15 «Весёлый улей» ст. Старопавловской

\_\_\_\_\_ Ю.Н. Хаулина

Приказ № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 202\_г.

Утверждено:

Заведующий МБДОУ «Детский сад

№ 3 «Березка» города Новопавловска

Приказ № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 202\_г

Утверждено:

Заведующий МКДОУ «Детский сад

№ 12 «Светлячок» посёлка Коммаяк

Приказ № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 202\_г

Утверждено:

Заведующий МКДОУ «Детский сад

№ \_\_\_\_ « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_

Приказ № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 202\_г.

Утверждено:

Заведующий МКДОУ «Детский сад

№ 14 «Колосок» села Горнозаводского

\_\_\_\_\_ М.В. Бережная

Приказ № 96 от 29.11.2021г.

Утверждено:

Заведующий МКДОУ «Детский сад

№ \_\_\_\_ « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_

Приказ № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 202\_г.

Утверждено:

Заведующий МБДОУ «Детский сад

№ 27 «Теремок» посёлка Комсомолец

Приказ № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 202\_г

Утверждено:

Заведующий МКДОУ «Детский сад

№ \_\_\_\_ « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_

Приказ № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 202\_г.

## ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

### НА ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД

### В ДОУ С 10-ТИ ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ ВОЗРАСТОМ 3-7 ЛЕТ.

Составлено в соответствии:

«Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» М.: Издательство «Дели принт» 2012. – 584 с.

«Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений» 6-е издание, переработанное и дополненное / под общей редакцией профессора А. Я. Первалова, Уральский региональный центр питания, – г.Пермь.: ЗАО Полиграфкомплект, 2012 г. – 801 с.



## МЕНЮ

### Сад 10 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>Завтрак</b>									
ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ 170	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 190	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 190/5/5	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 190	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 190/5/5	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 190	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 190	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ 190/5/5
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 85	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ) 60	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/10/7	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180/10	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ 180/10/7	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/10/8	ЧАЙ С САХАРОМ 180/10	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ 180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30					ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30				
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40					БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 45				
ЧАЙ С САХАРОМ 180					НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 190				
<b>II Завтрак</b>									
РЯЖЕНКА 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	РЯЖЕНКА 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	РЯЖЕНКА 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	РЯЖЕНКА 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100
<b>Обед</b>									
ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 60	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 180/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУТОЙ РИСОВОЙ 180	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 183	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПЕРЛОВОЙ КРУТОЙ 180	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ 180/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУТОЙ РИСОВОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СКЛЕЦКАМИ 180	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 180/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ 180
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) 70	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ 60	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 160	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ 140	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 70/40	СУФЛЕ КУРИНОЕ 70	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ 70	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 70	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ 70
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 60	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ 70	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) 130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130
СОУС СМЕТАННЫЙ 15	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ИКРА МОРКОВНАЯ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 70	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 30	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С" 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ 180	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180				КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180		КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 180			
<b>Полдник</b>									
БЛИНЫ С ПОВИДЛОМ 110/10	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) 100/5	ПЕЧЕНЬЕ 60	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 100	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 50	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ 130	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ 100	ПРЯНИКИ 60	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 160	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50
КАКАО С МОЛОКОМ 180	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 20	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 190	СОУС МОЛОЧНЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	СОУС МОЛОЧНЫЙ 30	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 190	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180		КАКАО С МОЛОКОМ 180			КАКАО С МОЛОКОМ 180		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	