|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | |  | |  | |  | | **ПЛАН-МЕНЮ на летне-осенний период 2024 г** | |  | |  | |  | |  |  |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  |  | |  | | **для МБДОУ с 8 -10 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (1-3лет)** | | | | | | | | | |  | |  |  |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | **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** |  |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | **завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 1 | Вермишель молочная | 150 | | Каша молочная "Дружба" | | 130 | | Каша гречневая с молоком | | 150 | | Каша овсяная "Геркулесовая" жидкая | | 150 | | Каша молочная рисовая (жидкая) | | 150 |
| 2 | Масло сливочное | 5 | | Чай с молоком и сахаром | | 150 | | Сыр | | 5 | | Масло сливочное | | 5 | | Кофейный напиток | | 150 |
| 3 | Сыр | 5 | | Хлеб пшеничный | | 20 | | Масло сливочное | | 5 | | Какао с молоком | | 150 | | Хлеб пшеничный | | 35 |
| 4 | Какао с молоком | 150 | | Масло сливочное | | 5 | | Кофейный напиток | | 150 | | Хлеб пшеничный | | 20 | | Сыр | | 5 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 35 | |  | |  | | Хлеб пшеничный | | 35 | | Яйцо вареное | | 40 | | Масло сливочное | | 5 |
| 6 |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
|  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
|  | **2ой завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 1 | Сок абрикосовый | 150 | | Апельсин | | 100 | | Сок яблочный | | 150 | | Груши | | 100 | | Сок яблочно-виноградный | | 120 |
|  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
|  | **обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 1 | Икра кабачковая | 30 | | Помидоры соленые | | 30 | | Салат из свеклы с растительным маслом | | 30 | | Огурцы соленые | | 30 | | Помидоры соленые | | 30 |
| 2 | Щи из свежей капусты со сметаной и мясными фрикадельками | 180/6/20 | | Лапша домашняя | | 180 | | Суп из овощей со сметаной и зеленью | | 180 | | Рассольник "Ленинградский" с мясными фрикадельками и сметаной | | 180/20/8 | | Борщ со сметаной | | 180/4 |
| 3 | Оладьи из печени | 50 | | Птица отварная | | 60 | | Котлета рыбная "Любительская" | | 60 | | Жаркое по-домашнему | | 120/30 | | Тефтели из говядины с красным соусом | | 40/40 |
| 4 | Каша гречневая вязкая | 120 | | Картофельное пюре | | 120 | | Рис отварной | | 120 | | Компот из изюма | | 150 | | Картофельное пюре | | 120 |
| 5 | Компот из сухофруктов | 150 | | Кисель плодовоягодный | | 150 | | Компот из свежих яблок | | 150 | | Хлеб ржаной | | 25 | | Кисель из сока | | 150 |
| 6 | Хлеб ржаной | 30 | | Хлеб ржаной | | 25 | | Хлеб ржаной | | 25 | |  | |  | | Хлеб ржаной | | 25 |
|  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
|  | **полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 1 | Вареники ленивые с молочным соусом | 60/10 | | Каша манная | | 100 | | Омлет натуральный | | 120 | | Лапшевник из творога | | 100 | | Пудинг творожно -яблочный с молочным соусом | | 90/10 |
| 2 | Печенье | 35 | | Йогурт | | 150 | | Булочка домашняя | | 50 | | Ряженка | | 130 | | Чай с сахаром | | 150 |
| 3 | Чай с сахаром | 150 | | Хлеб пшеничный | | 15 | | Снежок | | 130 | | Хлеб пшеничный | | 20 | | Зефир | | 35 |
|  |  |  | | Яйцо вареное | | 1шт | | Хлеб ржаной | | 25 | |  | |  | |  | |  |
|  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
|  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
|  |  |  | |  | |  | | **ПЛАН-МЕНЮ на летне-осенний период 2024 г** | |  | |  | |  | |  | |  |
|  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
|  |  |  | | **для МБДОУ с 8 -10 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (1-3лет)** | | | | | | | | | |  | |  | |  |
|  |  |  | |  | | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |
|  | **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** | |  |
|  |  | |  |  | | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  |
|  | **завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 1 | Вермишель молочная | | 150 | | Каша овсяная "Геркулесовая" жидкая | | 150 | | Каша молочная манная | | 150 | | Каша молочная пшеная (Жидкая) | | 150 | | Плов фруктовый | 100 |
| 2 | Масло сливочное | | 5 | | Масло сливочное | | 5 | | Сыр | | 5 | | Масло сливочное | | 5 | | Масло сливочное | 5 |
| 3 | Сыр | | 5 | |  | |  | | Чай с молоком | | 150 | | Какао с молоком | | 150 | | Сыр | 5 |
| 4 | Какао с молоком | | 130 | | Кофейный напиток с молоком | | 150 | | Хлеб пшеничный | | 15 | | Хлеб пшеничный | | 30 | | Кофейный напиток с молоком | 150 |
| 5 | Хлеб пшеничный | | 35 | | Хлеб пшеничный | | 30 | | Масло сливочное | | 5 | |  | |  | | Хлеб пшеничный | 15 |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | **2ой завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 1 | Сок яблочный | | 150 | | Апельсин | | 100 | | Сок персиковый | | 150 | | Бананы | | 100 | | Сок виноградный | 150 |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | **обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 1 | Помидоры соленые | | 30 | |  | |  | | Салат из свеклы с р/маслом | | 30 | | Икра кабачковая | | 30 | | Помидоры соленые | 30 |
| 2 | Суп картофельной с мясными фрикадельками и зеленью | | 180/20/8 | | Суп гороховый с гренками | | 180/8 | | Щи из свежей капусты с мясными фрикадельками и сметаной | | 180/15/8 | | Суп картофельный с клецками | | 180 | | Суп картофельный с рыбными фрикадельками | 180/15 |
| 3 | Тефтели рыбные паровые с соусом | | 50/50 | | Голубцы ленивые | | 180/5/5 | | Котлета из птицы | | 60 | | Азу из говядины | | 50/50 | | Шницель паровой | 60 |
| 4 | Картофельное пюре | | 120 | | Компот из кураги | | 150 | | Картофельное пюре | | 120 | | Каша гречневая | | 130 | | Макароны отварные | 120 |
| 5 | Компот из чернослива | | 150 | | Хлеб ржаной | | 30 | | Компот из свежих яблок | | 150 | | Кисель плодовоягодный | | 150 | | Компот из сухофруктов | 150 |
| 6 | Хлеб ржаной | | 30 | |  | |  | | Хлеб ржаной | | 25 | | Хлеб ржаной | | 30 | | Хлеб ржаной | 30 |
|  |  | |  | |  | |  | | **полдник** | |  | |  | |  | |  |  |
|  |  | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
|  | Запеканка творожная | | 100 | | Оладьи с повидлом | | 80/10 | | Сырники с соусом сметанным сладким | | 80/10 | | Омлет натуральный | | 100 | | Пудинг творожно -яблочный с молочным соусом | 100/10 |
|  | Кефир | | 150 | | Молоко | | 150 | | Йогурт | | 150 | | Снежок | | 150 | | Чай с лимоном | 150/6 |
|  | Булочка домашняя | | 50 | |  | |  | | Хлеб пшеничный | | 15 | | Хлеб пшеничный | | 30 | | Хлеб пшеничный | 15 |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |