|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  | **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 |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |