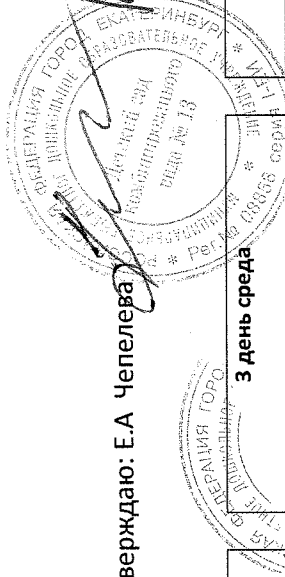


10 дневное меню

МБДОУ -детский сад комбинированного вида № 13

Утверждаю: Е.А. Чепелева

Приказ № 51/2 от 01.06.2022г



| 1 день понедельник                                                       |  |
|--------------------------------------------------------------------------|--|
| <b>Завтрак</b>                                                           |  |
| Каша ячневая, молоко, сливочное масло (150/200)                          |  |
| Чай с сахаром (150/200)                                                  |  |
| Батон с маслом и сыром (37/37)                                           |  |
| <b>Второй завтрак 10.00</b>                                              |  |
| Сок 0.2 (200/200)                                                        |  |
| <b>Обед</b>                                                              |  |
| Суп пюре из картофеля (150/200)                                          |  |
| Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы, сол.огурца с раст. маслом |  |
| Капуста тушеная (120/120)                                                |  |
| Хлеб пшеничный (17/20)                                                   |  |
| Тефтели из говядины с рисом Ежики (60/80)                                |  |
| Компот из сухофруктов (180/180)                                          |  |
| Хлеб ржаной (25/35)                                                      |  |
| <b>Полдник</b>                                                           |  |
| Запеканка из творога (120/150)                                           |  |
| Стушенное молоко (18/18)                                                 |  |
| Кисломолочные изделия (в ассортименте) (150/180)                         |  |
| Кондитерские изделия (в ассортименте) (25/25)                            |  |

| 2 день вторник                                          |  |
|---------------------------------------------------------|--|
| <b>Завтрак</b>                                          |  |
| Каша манная, молоко со сливочным маслом (150/200)       |  |
| Кофейный напиток с молоком (150/180)                    |  |
| Батон с маслом (33/33)                                  |  |
| <b>Второй завтрак 10.00</b>                             |  |
| Свежие фрукты (в ассортименте) (135/140)/ сок (200/200) |  |
| <b>Обед</b>                                             |  |
| Борщ со сметаной (150/200)                              |  |
| Салат из огурцов с растит.маслом (45/45)                |  |
| Макаронные изделия отварные (100/110)                   |  |
| Бефстроганов из отварного мяса говядины (70/80)         |  |
| Хлеб пшеничный (37/37)                                  |  |
| Компот из кураги (180/200)                              |  |
| Хлеб ржаной (25/35)                                     |  |
| <b>Полдник</b>                                          |  |
| Тефтели рыбные с рисом в соусе (100/100)                |  |
| Картофельное пюре (80/100)                              |  |
| Чай с лимоном (150/200)                                 |  |
| Кондитерские изделия (12/12)                            |  |

| 3 день среда                                                   |  |
|----------------------------------------------------------------|--|
| <b>Завтрак</b>                                                 |  |
| Каша из гречи и пшена, молочная с маслом (150/200)             |  |
| Кофейный напиток с молоком (150/180)                           |  |
| Батон с маслом и сыром (37/37)                                 |  |
| <b>Второй завтрак 10.00</b>                                    |  |
| Свежие фрукты (135/140) / сок (200/200)                        |  |
| <b>Обед</b>                                                    |  |
| Суп рыбный (150/200)                                           |  |
| Салат из морской капусты, моркови и яйца с раст.маслом (30/30) |  |
| Мясо тушеное с овощами из отварной говядины (180/180)          |  |
| Кисель Витогошка (150/200)                                     |  |
| Хлеб ржаной (34/40)                                            |  |
| Хлеб пшеничный (37/37)                                         |  |
| <b>Полдник</b>                                                 |  |
| Суп молочный с лапшой (150/150)                                |  |
| Сдоба обыкновенная (50/60)                                     |  |
| Чай с молоком (150/200)                                        |  |
| Хлеб ржаной (25/35)                                            |  |

| 4 день четверг                                           |  |
|----------------------------------------------------------|--|
| <b>Завтрак</b>                                           |  |
| Каша рисовая с маслом (150/200)                          |  |
| Какао с молоком (150/200)                                |  |
| Батон с маслом (33/33)                                   |  |
| <b>Второй завтрак 10.00</b>                              |  |
| Свежие фрукты (в ассортименте) (135/140) / сок (200/200) |  |
| <b>Обед</b>                                              |  |
| Суп лапша (150/200)                                      |  |
| Икра кабачковая 40/40                                    |  |
| Каша гречневая рассыпчатая (100/130)                     |  |
| Гуляш из кур (60/80)                                     |  |
| Хлеб пшеничный (37/37)                                   |  |
| Напиток Валетек (150/200)                                |  |
| Хлеб ржаной (25/30)                                      |  |
| <b>Полдник</b>                                           |  |
| Омлет (100/100)                                          |  |
| Чай с молоком (150/200)                                  |  |
| Кондитерские изделия (25/25)                             |  |

| 5 день пятница                            |  |
|-------------------------------------------|--|
| <b>Завтрак</b>                            |  |
| Каша пшенная, молочная с маслом (150/200) |  |
| Кофейный напиток с молоком (150/180)      |  |
| Батон с маслом и сыром (37/37)            |  |
| <b>Второй завтрак 10.00</b>               |  |
| Сок (200/200)                             |  |
| <b>Обед</b>                               |  |
| Щи из свежей капусты (150/200)            |  |
| Салат из свеклы и моркови (30/50)         |  |
| Рис припущенный (100/130)                 |  |
| Шницель из мяса говядины 60/80            |  |
| Хлеб пшеничный (15/20)                    |  |
| Компот из шиповника и кураги (180/180)    |  |
| Хлеб ржаной (25/35)                       |  |
| <b>Полдник</b>                            |  |
| Суфле творожное (80/120)                  |  |
| Кисломолочный продукт (200/200)           |  |
| Стушенное молоко (18/18)                  |  |
| Кондитерские изделия (20/20)              |  |

10 дневное меню МБДОУ -детский сад комбинированного вида № 13

Утверждаю: Е.А Чепелева

Приказ №

от 06.06.2022

|                             |                                                     |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------|
| <b>6 день понедельник</b>   |                                                     |
| <b>Завтрак</b>              | Каша из овсяных хлопьев молочная с маслом (150/200) |
|                             | Чай с сахаром (150/200)                             |
|                             | Батон с маслом и сыром (37/37)                      |
| <b>Второй завтрак 10.00</b> | Сок (180/180) / Сок 0.2 (200/200)                   |
| <b>Обед</b>                 | Хлеб пшеничный (15/20)                              |
|                             | Рассольник Ленинградский со сметаной (150/200)      |
|                             | Зеленый горошек с яйцом (30/30)                     |
|                             | Макаронные изделия отварные(100/150)                |
|                             | Компот из кураги (180/200)                          |
|                             | Гуляш из отварного мяса говядины (70/80)            |
|                             | Хлеб ржаной(34/40)                                  |
| <b>Полдник</b>              | Запеканка из творога с яблоками (100/100)           |
|                             | Кисломолочный продукт (150/200)                     |
|                             | Стушенное молоко(18/18)                             |

|                             |                                                       |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------|
| <b>7 день вторник</b>       |                                                       |
| <b>Завтрак</b>              | Каша ячневая молочная со сливочным маслом (150/200)   |
|                             | Кофейный напиток с молоком (150/180)                  |
|                             | Батон с маслом (33/33)                                |
| <b>Второй завтрак 10.00</b> | Свежие фрукты (135/140)                               |
| <b>Обед</b>                 | Суп из овощей вегетарианский со сметаной (150/200)    |
|                             | Салат из отварной свеклы с растительным маслом(30/40) |
|                             | Плов из отварного мяса говядины (150/200)             |
|                             | Хлеб пшеничный (15/20)                                |
|                             | Компот из сухофруктов (180/180)                       |
|                             | Хлеб ржаной(34/40)                                    |
| <b>Полдник</b>              | Биточки рыбные (80/80)                                |
|                             | Картофельное пюре (80/100)                            |
|                             | Чай с лимоном (150/180)                               |
|                             | Кондитерские изделия(25/25)                           |

|                             |                                                                      |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| <b>8 день среда</b>         |                                                                      |
| <b>Завтрак</b>              | Каша пшеница из риса молочная с маслом (150/200)                     |
|                             | Кофейный напиток с молоком (150/ 180)                                |
|                             | Батон с маслом и сыром (37/37)                                       |
| <b>Второй завтрак 10.00</b> | Свежие фрукты (135/140)                                              |
| <b>Обед</b>                 | Хлеб пшеничный (15/20)                                               |
|                             | Свекольник со сметаной (150/200)                                     |
|                             | Салат из отварного картофеля, кукурузы с растительным маслом (30/50) |
|                             | Греча с овощами(120/120)                                             |
|                             | Шницель из говядины (60/80)                                          |
|                             | Компот из шиповника (180/180)                                        |
|                             | Хлеб ржаной (34/40)                                                  |
| <b>Полдник</b>              | Капуста тушеная (120/150)                                            |
|                             | Яйцо отварное (20/40)                                                |
|                             | Чай с молоком (150/200)                                              |
|                             | Сдоба обыкновенная (50/60)                                           |

|                             |                                                    |
|-----------------------------|----------------------------------------------------|
| <b>9 день четверг</b>       |                                                    |
| <b>Завтрак</b>              | Каша манная молочная со сливочным маслом (150/200) |
|                             | Какао с молоком(150/200)                           |
|                             | Батон с маслом(33/33)                              |
| <b>Второй завтрак 10.00</b> | Свежие фрукты (135/140)                            |
| <b>Обед</b>                 | Хлеб пшеничный (15/20)                             |
|                             | Уха рыбацкая (200/200)                             |
|                             | Салат из помидор (30/30)                           |
|                             | Биточки из мяса кури (60/80)                       |
|                             | Картофельное пюре (120/150)                        |
|                             | Кисель Витошка (150/200)                           |
|                             | Хлеб ржаной(34/40)                                 |
| <b>Полдник</b>              | Омлет натуральный (100/100)                        |
|                             | Кисломолочный продукт (180/200)                    |
|                             | Кондитерские изделия (25/25)                       |

|                             |                                          |
|-----------------------------|------------------------------------------|
| <b>10 день пятница</b>      |                                          |
| <b>Завтрак</b>              | Каша пшеница молочная с маслом (150/200) |
|                             | Кофейный напиток (150/180)               |
|                             | Батон с маслом и сыром(37/37)            |
| <b>Второй завтрак 10.00</b> | Свежие фрукты (130/140)                  |
|                             | Сок (150/180)                            |
| <b>Обед</b>                 | Хлеб пшеничный (15/20)                   |
|                             | Суп гороховый (150/200)                  |
|                             | Салат из свеклы с изюмом (30/50)         |
|                             | Картофель отварной (80/100)              |
|                             | Котлета из мяса говядины (60/80))        |
|                             | Компот из сухофруктов (180/180)          |
|                             | Хлеб ржаной (34/40)                      |
| <b>Полдник</b>              | Суп молочный (150/200)                   |
|                             | Чай с молоком (180/180)                  |
|                             | Кондитерское изделие (20/20)             |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868576176

Владелец Чепелева Елена Александровна

Действителен с 14.03.2022 по 14.03.2023