

Утверждаю: заведующий МБДОУ
"Детский сад
"Золушка" И.В. Атясова
приказ № 53 от 02.09.2019



ПЛАН-МЕНЮ

летне-осенний период

для МБДОУ с 10,5 - 12 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7лет)

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	Каша пшенная с фруктами и вареньем	Каша геркулесовая молочная (жидкая)	Омлет запеченый с сыром	Каша молочная рисовая (жидкая)	Каша молочная кукурузная (жидкая)
2	Масло сливочное	Масло сливочное	Масло сливочное	Масло сливочное	Масло сливочное
3	Печенье	Сыр	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Сыр
4	Чай с молоком сгущенным	Хлеб пшеничный	Кофейный напиток с молоком	Какао на молоке	Кофейный напиток с молоком
5		Какао на молоке	Конфета шоколадная	Пряники	Хлеб пшеничный

2ой завтрак

1	Сок абрикосовый	Сок апельсиновый	Снежок	Напиток витаминизированный	Сок виноградный
---	-----------------	------------------	--------	----------------------------	-----------------

обед

1	Огурцы свежие порционно	Редис свежий	Огурцы свежие порционно	Икра морковная	Помидоры свежие порционные
2	Борщ со сметаной	Суп картофельный с рисом	Щи из свежей капусты со сметаной	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	Рассольник ленинградский со сметаной
3	Сосиски отварные	Котлета из говядины	Гуляш из говядины	Биточки из птицы паровые	Шницель
4	Картофельное пюре	Рагу из овощей	Каша гречневая вязкая	Макароны отварные	Картофельное пюре
5	Компот из яблок	Чай с сахаром	Кисель из сока	Чай с сахаром	Компот из изюма
6	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной

уплотненный полдник

1	Салат из вареных овощей	Пудинг творожно-яблочный с соусом молочным	Помидоры свежие порционные	Вареники ленивые с молочным соусом	Икра кабачковая
2	Рыба отварная по-польски	Хлеб пшеничный	Картофель отварной с зеленью	Свекла, тушенная в сметане	Галки рыбные со сметаной
3	Хлеб пшеничный	Бифидок	Котлеты капустные	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
4	Кефир	Груши	Хлеб пшеничный	Йогурт	Ряженка с сахаром
5	Апельсин		Булочка Творожная	Яблоки	Банан
6			Чай с лимоном		
7			Банан		

ПЛАН-МЕНЮ

летне-осенний период

для МБДОУ с 10,5 - 12 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

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	Макароны, запеченные с сыром	Каша перловая молочная (жидкая)	Каша молочная манная (жидкая)	Каша молочная "Дружба"	Каша гречневая вязкая
2	Салат из зеленого горошка	Масло сливочное	Масло сливочное	Сыр	Молоко кипяченое
3	Масло сливочное	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Масло сливочное	Масло сливочное
4	Печенье	Кофейный напиток с молоком	Чай с молоком	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
5	Чай с молоком сгущенным	Зефир	Вафли	Кофейный напиток с молоком	Чай с молоком

2ой завтрак

1	Сок вишневый	Сок персиковый	Напиток витаминизированный	Кефир	Сок яблочный
---	--------------	----------------	----------------------------	-------	--------------

обед

1	Огурцы свежие порционно	Помидоры свежие порционные	Огурцы свежие порционно	Помидоры свежие порционные	Огурцы свежие порционно
2	Суп картофельный с клецками	Щи из свежей капусты	Борщ с фасолью и сметаной	Суп из овощей со сметаной	Суп картофельный с горохом
3	Суфле куриное на пару	Тефтели из говядины с красным соусом	Оладьи из печени	Бефстроганов	Гренки из пшеничного хлеба
4	Кабачки, запеченные под соусом	Картофельное пюре	Рагу из овощей	Картофельное пюре	Фрикадельки из птицы с соусом
5	Компот из яблок	Компот из чернослива	Кисель плодовая годный	Компот из груш	Пюре свекольное
6	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Компот из кураги Хлеб ржаной

уплотненный полдник

1	Оладьи из творога с вареньем	Икра кабачковая	Зразы из творога с изюмом	Салат "Мозаика"	Запеканка из творога
2	Морковь тушенная с яблоками	Рыба запеченная под омлетом	Ряженка	Фрикадельки рыбные в соусе	Булочка "Веснушка"
3	Бифидок	Пирожки печеные с капустой	Хлеб пшеничный	Рис припущенный	Снежок
4	Хлеб пшеничный	Чай с лимоном	Яблоки	Чай с лимоном	Груши
5	Груши	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный	
6		Банан		Апельсин	

ПЛАН-МЕНЮ

летне-осенний период

для МБДОУ с 10,5 - 12 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7лет)

3-я неделя / 1. понедельник

3-я неделя / 2. вторник

3-я неделя / 3. среда

3-я неделя / 4. четверг

3-я неделя / 5. пятница

завтрак

1	Рыба припущенная	Каша молочная пшеничная с тыквой	Каша молочная ячневая (вязкая)	Запеканка из творога с молочным соусом	Каша молочная манная (жидкая)
2	Рис запеченный с овощами	Масло сливочное	Сыр	Масло сливочное	Сыр
3	Масло сливочное	Какао на молоке	Масло сливочное	Какао на молоке	Масло сливочное
4	Печенье	Хлеб пшеничный	Кофейный напиток с молоком	Хлеб пшеничный	Чай с молоком
5	Чай с молоком сгущенным	Мармелад	Хлеб пшеничный	Зефир	Хлеб пшеничный

2ой завтрак

1	Сок абрикосовый	Сок виноградный	Напиток витаминизированный	Сок апельсиновый	Кефир
---	-----------------	-----------------	----------------------------	------------------	-------

обед

1	Помидоры свежие порционные	Редис свежий	Огурцы свежие порционно	Икра кабачковая	Помидоры свежие порционные
2	Рассольник домашний	Суп гороховый с гренками	Борщ (без капусты) со сметаной	Суп картофельный с мясными фрикадельками	Щи из свежей капусты со сметаной
3	Зразы рубленые говяжьи паровые	Сосиски отварные	Котлета "Здоровье"	Печень говяжья по-строгановски	Куры отварные
4	Картофельное пюре	Капуста тушеная	Рагу из овощей	Макароны отварные	Картофельное пюре с зеленью
5	Компот из сухофруктов	Кисель из соки	Чай с сахаром	Чай с лимоном	Компот из яблок
6	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной

уплотненный полдник

1	Вермишель молочная	Сырники с морковью и молочным соусом	Помидоры свежие порционные	Каша молочная "Дружба"	Салат из вареных овощей
2	Кофейный напиток с молоком	Снежок	Суфле из рыбы (запеченое с соусом)	Ряженка	Сельдь
3	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Картофель отварной с зеленью	Булочка "Веснушка"	Чай с джемом
4	Пирожки печеные с капустой	Апельсин	Бифидок	Хлеб пшеничный	Ватрушка с повидлом
5	Груши		Хлеб пшеничный	Яблоки	Хлеб пшеничный
6			Банан		Банан

ПЛАН-МЕНЮ
 летне-осенний период
 для МБДОУ с 10,5 - 12 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7лет)

4-я неделя / 1. понедельник

4-я неделя / 2. вторник

4-я неделя / 3. среда

4-я неделя / 4. четверг

4-я неделя / 5. пятница

завтрак

1	Яйцо вареное	Каша молочная манная (жидкая)	Омлет с помидорами	Каша молочная кукурузная (жидкая)	Каша гречневая с молоком (вязкая)
2	Плов фруктовый	Сыр	Горошек консервированный отварной с маслом	Масло сливочное	Сыр
3	Масло сливочное	Масло сливочное	Масло сливочное	Какао на молоке	Масло сливочное
4	Печенье	Какао на молоке	Кофейный напиток с молоком	Хлеб пшеничный	Кофейный напиток с молоком
5	Чай с молоком сгущенным	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Конфета шоколадная	Хлеб пшеничный

2ой завтрак

1	Сок вишневый	Кефир	Напиток витаминизированный	Сок персиковый	Бифидок
---	--------------	-------	----------------------------	----------------	---------

обед

1	Огурцы свежие порционно	Помидоры свежие порционные	Огурцы свежие порционно	Салат из свеклы с р/маслом	Икра кабачковая
2	Борщ (без картофеля) со сметаной	Суп лапша домашняя	Щи из свежей капусты со сметаной	Суп картофельный с макаронными изделиями	Суп из овощей со сметаной
3	Жаркое по-домашнему	Котлета из птицы	Биточки паровые	Голубцы ленивые	Рулет мясной с луком и яйцом
4	Компот из кураги	Рис отварной с маслом	Картофельное пюре	Чай с сахаром	Макароны отварные
5	Хлеб ржаной	Кисель из сока	Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной	Компот из изюма
6		Хлеб ржаной	Хлеб ржаной		Хлеб ржаной

уплотненный полдник

1	Пудинг творожный с молоком сгущенным	Салат "Здоровье"	Помидоры свежие порционные	Сырники с соусом из кураги	Огурцы свежие порционно
2	Ряженка	Тефтели рыбные паровые с соусом	Пудинг овощной	Снежок	Картофель в молоке
3	Хлеб пшеничный	Чай с сахаром	Чай с лимоном	Хлеб пшеничный	Рыба отварная под маринадом
4	Яблоки	Хлеб пшеничный	Пирожки печеные с яблоками	Апельсин	Булочка Домашняя
5		Банан	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный
6			Груши		Чай с джемом
7					Яблоки