

Веридано  
 Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Центр развития ребенка - детский сад "Золотая рыбка" г. Тамбова  
 от 11.2 от 31.03.2021

ПЛАН-МЕНЮ



Утверждено и согласовано управлением  
 Роспотребнадзора по Тамбовской области

для МБДОУ с 8 -10,5 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	Вермишель молочная	160	Каша молочная "Дружба"	150	Каша гречневая с молоком	200	Каша овсяная "Геркулесовая" жидкая	200	Каша молочная рисовая (жидкая)	200
2	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	Кофейный напиток	150
3	Сыр	7	Чай с молоком и сахаром	200	Кофейный напиток	180	Какао с молоком	180	Хлеб пшеничный	40
4	Какао с молоком	180	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Сыр	7
5	Хлеб пшеничный	40			Сыр	7	Яйцо	40		

2ой завтрак

1	Сок фруктовый	180	Фрукты	120	Сок фруктовый	180	Фрукты	120	Напиток витаминизированный	180
---	---------------	-----	--------	-----	---------------	-----	--------	-----	----------------------------	-----

обед

1	Овощи свежие или консервированные	60	Икра кабачковая	60	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60
2	Щи из свежей капусты со сметаной и мясными фрикадельками	200/60/30	Ланша домашняя	200	Суп из овощей со сметаной и зеленью	200/4/3	Рассольник "Ленинградский" с мясными фрикадельками и сметаной	200/30/8	Борщ со сметаной	200
3	Печень по-строгановски	60/60	Птица отварная	80	Котлета рыбная "Любительская"	80	Жаркое по-домашнему	130/40	Тефтели из говядины с красным соусом	50/
4	Каша гречневая вязкая	120	Картофельное пюре	130	Рис отварной	130	Компот из сухофруктов	180	Картофель отварной	100
5	Компот из сухофруктов	180	Кисель плодово-ягодный	150	Компот из свежих яблок	180	Хлеб ржаной	37	Кисель из соды	18
6	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб пшеничный	40	Хлеб ржаной	37

полдник

1	Вареники ленивые с молочным соусом	70/10	Пудинг манный	100	Омлет натуральный	120	Латшеник из творога	100	Пудинг творожно-яблочный с молочным соусом	130
2	Печенье	35	Молочная продукция	150	Булочка домашняя	50	Молочная продукция	150	Чай с сахаром	15
3	Чай с сахаром	130			Молочная продукция	150			Зефир	3
					Хлеб ржаной	37				

Сертификат  
 МБДОУ  
 "Солнышко"  
 г. Тамбов  
 от 31.03.2024



Утверждено и согласовано управлением  
 Роспотребнадзора по Тамбовской области

**ПЛАН-МЕНЮ**

для МБДОУ с 8 -10,5 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**

Вермишель молочная	160	Каша овсяная "Теркулесовая" жидкая	200	Каша молочная манная с маслом	200/4	Каша молочная пшеница (Жидкая)	180	Плов фруктовый	120
Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	Сыр	7	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7
Сыр	7	Кофейный напиток с молоком	180	Чай с молоком	150	Каша с молоком	150	Сыр	7
Каша с молоком	180	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Кофейный напиток с молоком	180
Хлеб пшеничный	40			Масло сливочное	7			Хлеб пшеничный	40

**2ой завтрак**

Сок фруктовый	180	Фрукты	120	Сок фруктовый	180	Фрукты	120	Сок фруктовый	180
---------------	-----	--------	-----	---------------	-----	--------	-----	---------------	-----

**обед**

Овощи свежие или консервированные	60	Суп гороховый с гречками	200/8	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	Голубцы ленивые	216/75	Шницель из свежей капусты с мясными фрикадельками и сметаной	200/30/8	Суп картофельный с клецками	200	Суп картофельный с рыбными фрикадельками и сметаной	200/15/6
Рыба отварная под маринадом	60/60	Компот из кураги	180	Котлета из птицы	80	Азу из говядины	50/50	Шницель паровой	70
Картофельное пюре	130	Хлеб ржаной	37	Картофельное пюре	130	Каша гречневая	130	Макаронные отварные	130
Компот из чернослива	180			Компот из свежих яблок	180	Кисель плодово-ягодный	180	Компот из сухофруктов	180
Хлеб ржаной	37			Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37

**полдник**

Запеканка из творога с соусом молочным (сладким)	100	Оладьи с повидлом	100/15	Сырники с соусом сметанным сладким	100/20	Омлет натуральный	130	Пудинг творожно-яблочный с молочным соусом	120/20
Молочная продукция	140	Молоко	180	Молочная продукция	150	Молочная продукция	180	Чай с лимоном	180/6
Булочка домашняя	50					Хлеб пшеничный	40		