

ПЛАН-МЕНЮ

весенне-летний период

МБДОУ "Детский сад "Умка" с 8 -10,5 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	35	Масло сливочное	5	Какао с молоком	150	Хлеб пшеничный	35
4	Какао с молоком	150	Масло сливочное	5	Кофейный напиток	150	Хлеб пшеничный	30	Сыр	5
5	Хлеб пшеничный	35			Хлеб пшеничный	35				
6										

2ой завтрак

1	Сок фруктовый	150	Апельсин	100	Сок фруктовый	150	Банан	100	Сок фруктовый	120
---	---------------	-----	----------	-----	---------------	-----	-------	-----	---------------	-----

обед

1	Помидор свежий порционно	30	Икра кабачковая	30	Салат из св. помидоров и огурцов	30	Огурцы свежие порционно	30	Салат из св.помидоров с луком	30
2	Щи из свежей капусты со сметаной и мясными фрикадельками	180/6/20	Суп картофельный с макар. изд-ми	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	Рагу из овощей	120	Картофельное пюре	120	Рис отварной	120	Компот из сухофруктов	150	Картофельное пюре	120
5	Компот из сухофруктов	150	Кисель плодоваягодный	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	Запеканка из творога	100	Рис запеченый с овощами	100	Омлет натуральный	120	Макароны запеченые с сыром	100	Пудинг творожно -яблочный с молочным соусом	90/10
2	Печенье	35	Кефир	150	Снежок	130	Йогурт	130	Чай с сахаром	150
3	Чай с сахаром	150	Булочка домашняя		Хлеб ржаной	25	Яйцо	40	Зефир	35

ПЛАН-МЕНЮ

весенне-летний период

МБДОУ "детский сад "Умка" с 8 -10,5 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	Каша молочная "Дружба"	130	Каша овсяная "Геркулесовая" жидкая	150	Каша молочная манная	150	Каша молочная пшениая (Жидкая)	150	Каша рисовая молочная	150
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	30	Хлеб пшеничный	30	Кофейный напиток с молоком	150
5	Хлеб пшеничный	35	Хлеб пшеничный	35	Масло сливочное	5			Хлеб пшеничный	30

2ой завтрак

1	Сок фруктовый	150	Яблоки	100	Сок фруктовый	150	Груши	100	Сок фруктовый	150
---	---------------	-----	--------	-----	---------------	-----	-------	-----	---------------	-----

обед

1	Огурец св.порционно	30			Икра тыквенная	30	Салат из св. помидоров и огурцов	30	Помидор св.порционно	30
2	Сщп гороховый с гренками	180/8	Суп крестьянский с пшеном и зеленью	180	Щи из свежей капусты с мясными фрикадельками и сметаной	180/15/8	Суп картофельный с клецками	180	Борщ со сметаной	180
3	Рыба отварная под маринадом	50/50	Бефстроганов	50/50	Котлета из птицы	60	Пудинг из говядины	40	Рулет мясной с луком и яйцом	50
4	Картофельное пюре	120	Каша гречневая	120	Картофельное пюре	120	Рагу из овощей	120	Макароны отварные	120
5	Компот из чернослива	150	Компот из кураги	150	Компот из свежих яблок	150	Кисель плодоягодный	150	Компот из сухофруктов	150
6	Хлеб ржаной	30	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	Запеканка овощная	90
	Чай с сахаром	150	Кефир	150	Йогурт	150	Ряженка	150	Чай с лимоном	150/6
	Пирожок с капустой	60					Хлеб пшеничный	30	Ватрушка с творогом	55