

Утверждаю  
заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 24 «Сказка»  
И.А. Рудикова



**ПЛАН-МЕНЮ**

Утверждено и согласовано управлением  
Роспотребнадзора по Тамбовской области



МБДОУ с 8-10,5 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

1-я неделя / 5. пятница

1-я неделя / 4. четверг

1-я неделя / 3. среда

1-я неделя / 2. вторник

1-я неделя / 1. понедельник

завтрак				
1	Вермишель молочная	160	Каша молочная "Дружба"	200
2	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7
3	Сыр	7	Какао с молоком	180
4	Какао с молоком	180	Хлеб пшеничный	40
5	Хлеб пшеничный	40	Сыр	40
			Яйцо	40
			Каша овсяная "Геркулесовая" жидкая	200
			Кофейный напиток	7
			Хлеб пшеничный	180
			Хлеб пшеничный	40
			Сыр	40
			Каша гречневая с молоком	150
			Масло сливочное	7
			Кофейный напиток	180
			Хлеб пшеничный	40
			Сыр	40

Напиток витаминизированный 180

**2ой завтрак**

Фрукты 180

обед				
1	Сок фруктовый	180	Сок фруктовый	180
			Фрукты	120
			Овощи свежие или консервированные	60
			Овощи свежие или консервированные	200/30/8
			Суп из овощей со сметаной и зеленью	200/4/3
			Суп из овощей со сметаной и мясными фрикадельками и сметаной	80
			Котлета рыбная "Любительская"	80
			Рис отварной	130
			Компот из сухофруктов	180
			Компот из свежих яблок	37
			Хлеб ржаной	37
			Икра кабачковая	60
			Лапша домашняя	200/6/30
			Птица отварная	60/60
			Картофельное пюре	120
			Кисель плодовоягодный	180
			Хлеб ржаной	37
			Овощи свежие или консервированные	60
			Борщи со сметаной	200/8
			Тфтели из говядины с красным соусом	50/50
			Картофель отварной	100/5
			Кисель из сока	180
			Хлеб ржаной	37

Напиток витаминизированный 180

**полдник**

Фрукты 120

			Лапшевник из творога	100
			Омлет натуральный	120
			Булочка домашняя	50
			Молочная продукция	150
			Хлеб ржаной	37
			Пудинг маннанный	70/10
			Пудинг творожно-яблочный с молочным соусом	130/20
			Чай с сахаром	150
			Зефир	35
			Вареники ленивые с молочным соусом	100
			Молочная продукция	150
			Чай с сахаром	130

Утверждено

заведующий МБДОУ

«Детский сад № 10

И.А. Радакова




**ПЛАН-МЕНЮ**

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

1	Вермишель молочная	160	Каши овсяная "Геркулесовая" жидкая	200	Каши молочная манная с маслом (Жидкая)	200/4	180	Плов фруктовый	120
2	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	7	Масло сливочное	7
3	Сыр	7	Молоко	180	Чай с молоком	150	150	Сыр	180
4	Какао с молоком	180	Кофейный напиток с молоком	40	Хлеб пшеничный	40	40	Кофейный напиток с молоком	40
5	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Масло сливочное	7	7	Хлеб пшеничный	40

**2ой завтрак**

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

**обед**

1	Овощи свежие или консервированные	60	Суп гороховый с гренками	200/8	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60
2	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	Голубцы ленивые	216/715	Щи 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
3	Рыба отварная под маринадом	60/60	Компот из кураги	180	Котлета из птицы	80	Азу из говядины	50/50	Шницель паровой	70
4	Картофельное пюре	130	Хлеб ржаной	37	Картофельное пюре	130	Каши гречневая	130	Макароны отварные	130
5	Компот из чернославя	180	Хлеб ржаной	37	Компот из свежих яблок	180	Кисель плодово-ягодный	180	Компот из сухофруктов	180
6	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37

**полдник**

1	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
2	Молочная продукция	150	Молоко	180	Молочная продукция	150	Молочная продукция	180	Чай с лимоном	180/6
3	Булочка домашняя	50					Хлеб пшеничный	40		