

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МДОУ «Малыш»
Е.В.Забелина _____

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ
МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ
ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1,5 до 7 лет с 10.5 часовым пребыванием
в МДОУ «Детский сад «Малыш» п.Карымское»

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
1. Масло (порциями) 2. Каша кукурузная 3. Чай с молоком 4. Хлеб	1. Сыр (порциями) 2. Каша пшеничная молочная 3. Чай с сахаром 4. Хлеб ,печенье	1. Масло (порциями) 2. Каша овсяная «Геркулес» жидкая 3. Чай с молоком 4. Хлеб ,конфета	1. Сыр (порциями) 2. Каша пшеничная молочная 3. Какао с молоком 4. Хлеб, пряник	1. Масло (порциями) 2. Каша гречневая молочная жидкая 3. Кофейный напиток 4. Хлеб, печенье	1. Сыр (порциями) 2. Каша молочная из пшена и риса «дружба» 3. Чай с сахаром 4. Хлеб	1. Масло (порциями) 2. Каша ячневая молочная вязкая 3. Чай с сахаром 4. Хлеб. вафли. Хлеб	1. Масло с сыром (порциями) 2. Горошек зеленый отварной 3. Омлет натуральный 4. Какао на молоке	1. Сыр (порциями) 2. Каша рисовая молочная жидкая 3. чай с молоком 4. Хлеб .печенье	1. Масло (порциями) 2. Каша манная молочная жидкая 3. Чай с лимоном 4. Хлеб
II Завтрак									
Яблоко свежее	Сок яблочный	Сок мульти фрукт	йогурт	Груша свежая	Сок томатный	йогурт	Банан свежий	йогурт	Сок персиковый
Обед									
1. Огурец свежий 2. Щи из свежей /квашеной /капусты с курой и сметаной 3. Рыба запеченная с овощами/рыбная котлета/ 4. Рис отварной, подлив. 5 Компот из кураги с витамином «С» 6. Хлеб пшеничный	1. Помидор свежий 2. Пельмени 3. Гуляш говяжий Пюре картофельн 5.Компот сухофр яблочный 6. Хлеб пшеничный	1. салат из кваш капусты с луком 2. Суп рыбный с перловкой 3.Бузы./Колдуны/ Вареники/ 4. Кисель фруктовый с витамином «С» 5. Хлеб - пшеничный	1. Салат из св моркови со сметаной 2. Суп с домашней лапшой говяжьей. 3. Солянка сборная/Голубцы ленивые/ 4. Компот из смеси сухофруктов с витамином «С» 5 Хлеб пшеничный	1.Икра кабачковая консервированная 2. Рассольник со сметаной 3. Жаркое по-домашнему /картофельно-мясная запеканка/ 4.Компот из изюма с витамином «С» Хлеб пшеничный	1. Салат из моркови с яблоком 2. Суп картофельный с горохом и гречками 3. Котлета рыбная 4. Рожки ,подлив 5. Компот из сухофр 6. Хлеб пшеничный	1.Винегрет 2.Борщ из квашеной капусты с картофелем, говядиной и сметаной 3. Котлета из говядины ,подлив 4. Пюре картоф 5. Компот из сухофруктов с витамином «С» 6. Хлеб пшеничный	1.Салат Витаминный 2. Суп картофельный с клецками и говядиной 3. Ежики мясные с рисом 4. Кисель фруктовый витамином «С» 5. Хлеб пшеничный	1 Салат « Фасолька» 2. Суп крестьянский 3. Овощное рагу 4. Компот из свежих яблок с витамином С 5. Хлеб пшеничный	1. Салат «свеколка» 2. Суп из овощей.с курой , со сметаной 3. Плов с говядиной 3. Компот из смеси сухофруктов с витамином «С» 4. Хлеб пшеничный
Полдник									
1. Биточки маные с повидлом 2. Чай с сахаром 3.Печенье Фрукты свежие	1. Запеканка из творога с джемом 2. Какао с молоком. Фрукты свеж	1. Икра кабачковая консервированная 2. Омлет натуральный 3. Чай с лимоном	1.Блины с повидлом. 2. чай с молоком	1. Макароны, запеченные с сыром, с маслом сливочным 2.Чай с молоком 3. Зефир	1. . Выпечка домашняя/рулет ,булочка, пирог с повидлом или изюмом/ 2.Чай с молоком Салат фруктовый	1. Яйцо отварное ,бутерброд с маслом и сыром 2.Чай с молоком 3.Фрукты свеж	1. Пирожки с повидлом/яйцом /капустой/ 2. .Чай с молоком Фрукты свежие	1. Суп молочный с вермишелью 2.Какао с молоком 3. Хлеб с маслом	1. Запеканка творожная с изюмом. 2.Чай с молоком 3.Хлеб
Калорийность всего за день (ккал):									
1802,1	1833,2	1812,0	1800,9	1801,4	1800,6	1793,8	1800,9	1809,2	1801,9

Примечание

Детям-аллергикам необходимо производить замену в установленном порядке, в зависимости от медицинских показаний. Справка о наличии заболевания у ребенка предоставляется руководителю учреждения или медицинскому работнику дошкольного образовательного учреждения.