

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад № 38

МО Кореньковский район

Т.Н. Фокина

Десятидневное меню для детей 1,5 до 3 лет (ясли) с 10 часовым пребыванием

Дни	Завтрак	Выход блюда	Обед	Выход блюда	Уплотненный полдник	Выход блюда
1	Каша молочная с крупой	150	Суп картофельный с клецками	150	Пирожки с капустой Какао с молоком	60 150
	Масло (порциями)	4	Тефтели мясные (2-й вариант)	60		
	Сыр (порциями)	6	Свекла тушеная	110		
	Хлеб пшеничный	22	Хлеб пшеничный	22		
	Чай с лимоном	170	Хлеб ржаной	26		
	Второй завтрак		Напиток из плодов шиповника	150		
	Плоды свежие (яблоки)	100				
2	Каша молочная с крупой	150	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	Кондитерское изделия Молоко кипяченое или кисломолочный напиток	20 180
	Масло (порциями)	4	Плов из птицы	150		
	Хлеб пшеничный	22	Овощи по сезону	40		
	Чай с лимоном	180	Хлеб пшеничный	22		
	Второй завтрак		Хлеб ржаной	26		
	Сок фруктовый	150	Компот из свежих плодов	150		
3	Пудинг из творога с рисом	140	Суп гороховый	150	Булочка «Веснушка» Кофейный напиток с молоком	80 150
	Соус сметанный сладкий	15	Гренки из пшеничного хлеба	20		
	Чай с сахаром	180	Печень или мясо тушеное в соусе	60		
	Хлеб пшеничный	22	Пюре картофельное	110		
	Второй завтрак		Овощи по сезону	40		
	Плоды свежие (яблоки)	100	Кисель из сока натурального	150		
			Хлеб ржаной	26		
4	Омлет натуральный	130	Суп харчо	150	Кондитерское изделия Молоко кипяченое или кисломолочный напиток	20 180
	Икра кабачковая	40	Котлеты, биточки, шницели	60		
	Сыр (порциями)	6	Капуста тушеная (гарнир)	110		
	Масло (порциями)	4	Компот из сушеных фруктов	150		
	Хлеб пшеничный	22	Хлеб пшеничный	22		
	Какао с молоком	150	Хлеб ржаной	26		
	Второй завтрак					
	Плоды свежие (яблоки)	100				
5	Суп молочный с макаронными изделиями	150	Рассольник со сметаной	150	Слойка с повидлом Молоко кипяченое или кисломолочный напиток	60 180
	Масло (порциями)	4	Жаркое по - домашнему	150		
	Сыр (порциями)	6	Овощи по сезону	40		
	Хлеб пшеничный	22	Сок фруктовый	150		
	Чай с сахаром	180	Хлеб пшеничный	22		
	Второй завтрак		Хлеб ржаной	26		
	Плоды свежие (яблоки)	100				

6	Шарлотка с яблоками	150	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	Вареники ленивые со сметаной	100
	Масло (порциями)	4	Капуста тушеная с мясом	150	Кофейный напиток с молоком	150
	Хлеб пшеничный	22	Напиток из плодов шиповника	150		
	Чай с сахаром	180	Хлеб пшеничный	22		
	Второй завтрак Сок фруктовый	150	Хлеб ржаной	26		
7	Каша молочная с крупой	150	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	Пирожки с тушеными яблоками	60
	Масло (порциями)	4	Азу с мясом курицы	150	Чай с молоком	150
	Сыр (порциями)	6	Овощи по сезону	40		
	Хлеб пшеничный	22	Компот из свежих плодов	150		
	Чай с сахаром	180	Хлеб пшеничный	22		
	Второй завтрак Плоды свежие (яблоки)	100	Хлеб ржаной	26		
8	Омлет натуральный	130	Суп рыбный с яйцом	150	Рогалики с повидлом	60
	Икра кабачковая	40	Голубцы ленивые	60	Молоко кипяченое	180
	Сыр (порциями)	6	Икра свекольная или из свежих кабачков	110	или кисломолочный напиток	
	Масло (порциями)	4	Сок фруктовый	150		
	Хлеб пшеничный	22	Хлеб пшеничный	22		
	Чай с сахаром	150	Хлеб ржаной	26		
	Второй завтрак Плоды свежие (яблоки)	100				
9	Каша молочная с крупой	150	Суп картофельный вегитарианский	150	Сырники из творога с повидлом	100
	Масло (порциями)	4	Гуляш из отварного мяса	50	Молоко кипяченое	180
	Хлеб пшеничный	22	Рагу из овощей (2-й вариант)	110	или кисломолочный напиток	
	Чай с сахаром	180	Хлеб пшеничный	22		
	Второй завтрак Сок фруктовый	150	Хлеб ржаной	26		
			Кисель из свежих фруктов	150		
10	Каша молочная с крупой	150	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	Кондитерское изделие	20
	Сыр (порциями)	6	Шницель рыбный	60	Молоко кипяченое	180
	Чай с сахаром	180	Пюре картофельное	110	или кисломолочный продукт	
	Хлеб пшеничный	22	Овощи по сезону	40		
	Второй завтрак Плоды свежие (яблоки)	100	Компот из сушеных фруктов	150		
			Хлеб пшеничный	22		
			Хлеб ржаной	26		

Норма соли - 2,25г в день

Списание картофеля производить согласно сезону:

с 01.11. по 31.12. К = 1,434

с 01.01. по 28.02. К = 1,542

с 01.09 по 31.10. К = 1,334

с 29.02. по 01.09. К = 1,667

Брутто = К * Нетто

Овощи соленые 1 раз в 10 дней