

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ Сухобезводнинский

детский сад «Калинка»

Власова Г.А

Приказ № 17 О-Д от 11.01.2022 г.



МБДОУ Сухобезводнинский детский сад «Калинка»

План-меню: Меню обычное

Категория: Ясли (в-л) 1,5-3 лет

День 1		День 2		День 3		День 4		День 5	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша рассыпчатая (гречневая) - 165	150	Каша рисовая молочная жидкая - 274	150	Омлет натуральный - 307	150	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая - 272	150	Каша молочная жидкая ("Дружба") - 66	150
Чай с сахаром - 503	150	Какао с молоком - 292	150	Чай с молоком и сахаром - 287	150	Кофейный напиток с молоком - 514	150	Чай с молоком и сахаром - 287	150
Бутерброд с маслом - 13	30	Бутерброд с сыром - 1 (3)	30	Батон нарезной - 114	15	Бутерброд с маслом - 13	30	Бутерброд с сыром - 1 (3)	30
Батон нарезной - 114	15	Батон нарезной - 114	15	Бутерброд с маслом - 13	30	Батон нарезной - 114	15	Батон нарезной - 114	15
Яйца вареные - 306/1	40								
ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2	
Сок фруктовый - 537 (1)	150	Плоды свежие - 118 (1)	95	Плоды свежие - 118 (1)	95	Сок фруктовый - 537 (1)	150	Плоды свежие - 118 (1)	95
Вафли - 607	20								
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Салат из кукурузы (консервированной) - 12	40	Икра морковная - 45 (78)	40	Салат из горошка зеленого консервированного - 10	40	Икра кабачковая (промышленного производства) - 121	40	Икра морковная - 45 (78)	40

Суп из овощей - 14/2	160	Рассольник - 138/1	160	Щи из свежей капусты с картофелем - 147	160	Уха с крупой - 158	160	Борщ с капустой и картофелем - 133	160
Макароны отварные с овощами - 300	120	Сметана 10 - 488	11	Сметана 10 - 488	11	Картофельное пюре - 434	120	Сметана 10 - 488	11
Котлеты из говядины - 386	60	Рагу из овощей - 18/3	120	Свекла тушеная - 59	120	Печень по-строгановски - 95 (431)	60	Картофельная запеканка с мясом - 382	150
Компот из сухофруктов - 6/10	150	Котлеты рубленые из мяса кур - 305	60	Тефтели из говядины с рисом ("ежики") - 395	60	Компот из сухофруктов - 6/10	150	Соус томатный с овощами - 349	15
Хлеб ржаной - 115	30	Компот из сухофруктов - 6/10	150	Компот из сухофруктов - 6/10	150	Хлеб ржаной - 115	30	Компот из свежих плодов (яблоко) - 372	150
Соль йодированная - б/н	1	Хлеб ржаной - 115	30	Хлеб ржаной - 115	30			Хлеб ржаной - 115	30
		Соль йодированная - б/н	1					Соль йодированная - б/н	1
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Запеканка манная со свежими плодами - 286	100	Запеканка творожная - 79	100	Сок фруктовый - 537 (1)	150	Пирожки печеные с повидлом - 454.1	60	Вареники ленивые - 331	100
Молоко сгущенное - 490	15	Кисель из концентрата плодового или ягодного - 516	150	Батон нарезной - 114/2	15	Йогурт в стакане (115гр) - Н	115	Соус сметанный сладкий - 115	25
Кофейный напиток с молоком - 514	150	Напиток "Витошка" - 633	0	Пюре овощное - 12 (ТТК)	120	Чай с молоком и сахаром - 287	150	Биойогурт, 2,8 % жирности - н	150

Батон нарезной - 114/2	15	Батон нарезной - 114/2	15	Рыба припущенная с овощами - 52 (371)	60	Конфеты глазированные - 504	20	Батон нарезной - 114/2	15
		Соус сметанный сладкий - 115	25						
День 6		День 7		День 8		День 9		День 10	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Макаронные изделия отварные с сыром - 43	130	Омлет натуральный - 307	150	Каша манная молочная жидкая - 268	150	Каша пшенная молочная жидкая - 273	150	Каша гречневая молочная с маслом сливочным - 2/4	150
Яйца вареные - 306	40	Какао с молоком - 292	150	Кофейный напиток с молоком - 514	150	Чай с молоком и сахаром - 287	150	Кофейный напиток с молоком - 514	150
Чай с сахаром - 503	150	Бутерброды с сыром - 3	0	Бутерброд с маслом - 13	30	Бутерброд с сыром - 1 (3)	30	Бутерброд с маслом - 13	30
Бутерброд с маслом - 13	30	Батон нарезной - 114	15	Батон нарезной - 114	15	Батон нарезной - 114	15	Батон нарезной - 114	15
Батон нарезной - 114	15	Хлеб с маслом - 13/1	30						
ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2	
Плоды свежие - 118 (1)	95	Сок фруктовый - 537 (1)	150	Плоды свежие - 118 (1)	95	Плоды свежие - 118 (1)	95	Сок фруктовый - 537 (1)	150
		Вафли - 607	20					Печенье - 609	20
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Салат из свеклы отварной - 51	45	Икра кабачковая (промышленного производства) - 121	40	Салат из кукурузы (консервированной) - 12	40	Салат из горошка зеленого консервированного - 10	40	Икра свекольная - 124	40

Суп картофельный с мясными фрикадельками-154/4	160	Свекольник - 136/1	160	Суп картофельный с клецками - 151	160	Суп с рыбными консервами - 87	160	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне - 149	160
Капуста тушеная - 8/3	120	Картофельное пюре - 434	120	Рис отварной - 419	120	Картофельное пюре - 434	120	Рагу из овощей - 18/3	120
Биточки рыбные - 9/7	60	Шницель из курицы - 129	50	Гуляш из говядины - 373	60	Оладьи из печени - 34/8	60	Котлета рыбная - 94	60
Компот из сухофруктов - 6/10	150	Компот из сухофруктов - 6/10	150	Компот из свежих плодов (яблоко) - 372	150	Компот из сухофруктов - 6/10	150	Компот из сухофруктов - 6/10	150
Хлеб ржаной - 115	30	Хлеб ржаной - 115	30	Хлеб ржаной - 115	30	Хлеб ржаной - 115	30	Соль йодированная - б/н	1
Соль йодированная - б/н	1	Фрукты свежие - 118 (1)	95	Соль йодированная - б/н	1			Хлеб ржаной - 115	30
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Суп молочный с крупой - 170	150	Сырники из творога - 6/5	80	Оладьи - 555	100	Плюшка новомосковская - 270 (87)	50	Биточки морковные с творогом запеченные - 24/3	100
Гренки (сухарики) - 34/2	30	Молоко сгущенное - 490	15	Молоко сгущенное - 490	15	Чай с сахаром - 503	150	Молоко сгущенное - 490	15
Кофейный напиток с молоком - 514	150	Кисель из концентрата плодового или ягодного - 516	150	Биоюгurt, 2,8 % жирности - н	150	Конфеты глазированные - 504	20	Чай с молоком и сахаром - 287	150
Батон нарезной - 114/2	15	Напиток "Витошка" - 633	0			Йогurt в стакане (115гр) - Н	115	Батон нарезной - 114/2	15
		Батон нарезной -114 1114/2	15						