

Пн неделя 1

Примерное меню

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 1		
завтрак	Суп молочный с пшеном	180
	Бутерброд с сыром	45
	Кофейный Напиток с молоком	180
2-ой завтрак	Сок	100
Обед		
	Икра кабачковая	50
	Борщ	180
	Шницель мясной	70
	Каша гречневая	130
	Хлеб	50
	Компот из с/ф	180
Полдник		
	Кефир	200
	Сырники с м/сл	55
Ужин		
	Рыба тушеная с овощами	80
	Пюре картофельное	130
	Чай с сахаром	180
	Хлеб пшеничный	30
	Яблоко	100
Итого за 1 день		

Заведующий МКДОУ №77

Лашова Н.В.

Вт неделя 1

Примерное меню

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 2		
завтрак		
	Суп молочный с манной крупой	180
	Бутерброд с маслом сливочным и повидлом	45
	Какао с молоком	180
	Сок	100
	Вафля	50
Обед		
	Салат из зеленого горошка	50
	Суп картофельный с клецками	180
	Макароны отварные	130
	Котлета мясная	70
	Хлеб	50
	Компот из с/ф	180
Полдник		
	Молоко	200
	Булочка домашняя	50
Ужин		
	Яйцо куриное	40
	Капуста тушеная	150
	Хлеб пшеничный	30
	Чай с сахаром	180
	Яблоко	100
Итого за 2-ой день		

Заведующий МКДОУ №77

Лашова Н.В.

Ср неделя 1

Примерное меню

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 3		
завтрак		
	Суп молочный с рисовой крупой	180
	Бутерброд с сыром	45
	Кофейный напиток с молоком	180
	Сок	100
Обед		
	Суп картофельный с бобовыми	180
	Пюре картофельное	130
	Рулет мясной	70
	Хлеб	50
	Компот из с/ф	180
Полдник		
	Кефир	200
	Булочка домашняя	50
Ужин		
	Соус сметанный	40
	Пудинг из творога с манной крупой	150
	Чай с сахаром	180
	Яблоко	100
Итого за 3-й день		

Заведующий МКДОУ №77

Лашова Н.В.

Чт неделя 1

Примерное меню

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 4		
завтрак		
	Суп молочный с гречневой крупой	180
	Бутерброд с маслом сливочным и повидлом	45
	Какао с молоком	180
	Сок	100
Обед		
	Рассольник «Ленинградский»	180
	Гуляш из отварного мяса	70
	Салат из свеклы/салат из кукурузы консервированной	50
	Рис отварной	130
	Хлеб	50
	Компот из с/ф	180
Полдник		
	Молоко	200
	Булочка домашняя	50
Ужин		
	Рулет из рыбы	70
	Рагу овощное	130
	Хлеб пшеничный	30
	Чай с сахаром	180
	Яблоко	100
Всего за 4-ый день		

Заведующий МКДОУ №77

Лашова Н.В.

Пт неделя 1

Примерное меню

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 5-ый		
завтрак		
	Суп молочный с гречневой крупой <i>с овсян. х. мол. "Геркулес"</i>	180
	Бутерброд с сыром	45
	Кофейный напиток с молоком	180
	Сок	100
Обед		
	Куриный бульон с гренками	180
	Пюре картофельное	130
	Куры порционно	86
	Салат из зеленого горошка/ салат из соленых огурцов с луком	50
	Хлеб	50
	Компот из с/ф	180
Полдник		
	Молоко	200
	Булочка домашняя	50
Ужин		
	Яйцо куриное	40
	Голубцы ленивые, формовые	150
	Хлеб пшеничный	50
	Чай с сахаром	180
	Яблоко	100
Итого за 5-ый день		

Заведующий МКДОУ №77

Лашова Н.В.

Пн неделя 2

Примерное меню

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 1		
завтрак		
	Суп молочный с пшеном	180
	Бутерброд с сыром	45
	Кофейный напиток с молоком	180
2-ой завтрак		
	Сок	100
Обед		
	Икра свекольная/ салат из соленых огурцов с луком	50
	Щи из свежей капусты	180
	Запеканка картофельная с мясом	150
	Хлеб	50
	Компот из с/ф	180
Полдник		
	Кефир	200
	Вафля	50
Ужин		
	Соус сметанный	40
	Пудинг из творога с манной крупой	150
	Чай с сахаром	180
	Яблоко	100
Итого за 6-ой день		

Заведующий МКДОУ №77

Лашова Н.В.

Вт неделя 2

Примерное меню

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 2		
завтрак		
	Суп молочный с гречневой крупой	180
	Бутерброд с маслом сливочным и повидлом	45
	Какао с молоком	180
	Сок	100
	Яйцо куриное	20
Обед		
	Суп картофельный с рисовой крупой	180
	Шницель мясной	70
	Капуста тушеная	150
	Компот из с/ф	180
	Хлеб	50
Полдник		
	Молоко	200
	Булочка домашняя	50
Ужин		
	Пюре картофельное	130
	Рулет из рыбы	80
	Чай с сахаром	180
	Хлеб пшеничный	30
	Яблоко	100
Всего за 7-ой день		

Заведующий МКДОУ №77

Лашова Н.В.

Ср неделя 2

Примерное меню

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 3		
завтрак		
	Суп молочный с манной крупой	180
	Бутерброд с сыром	45
	Кофейный напиток с молоком	180
	Сок	100
	Яйцо куриное	20
Обед		
	Рассольник	180
	Каша гречневая	130
	Икра кабачковая	50
	Рулет мясной	70
	Компот из с/ф	200
	Хлеб	50
Полдник		
	Кефир	200
	Булочка домашняя	50
Ужин		
	Пудинг из творога с рисовой крупой	150
	Соус сметанный	40
	Чай с сахаром	180
	Яблоко	100
Итого за 5-ый день		

Заведующий МКДОУ №77

Лашова Н.В.

Чт неделя 2

Примерное меню

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 4		
завтрак		
	Суп молочный с хлопьями овсяными «Геркулес» <i>(кисель)</i>	180
	Какао с молоком	180
	Бутерброд с маслом сливочным и повидлом	45
	Сок	100
	Вафля	50
Обед		
	Суп картофельный с клецками	180
	Котлета мясная	70
	Макароны отварные с м /сл	130
	Компот и с/ф	180
	Хлеб	50
Полдник		
	Молоко	200
	Булочка домашняя	50
Ужин		
	Яйцо куриное	40
	Биточик рыбный	70
	Винегрет/салат из кукурузы консервированной	150/50
	Чай с сахаром	180
	Хлеб пшеничный	30
	Яблоко	100
Итого за 9-ый день		

Заведующий МКДОУ №77

Лашова Н.В

Пт неделя 2

Примерное меню

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 5		
завтрак		
	Суп молочный с гречневой крупой	180
	Бутерброд с сыром	45
	Кофейный напиток с молоком	180
	Сок	100
	Вафля	50
Обед		
	Салат из картофеля с зеленым горошком/салат из огурцов	50
	Куриный бульон с вермишелью	180
	Рис отварной	130
	Гуляш из отварного мяса	70
	Компот из с/ф	180
	Хлеб	50
Полдник		
	Молоко	200
	Печенье разное	50
Ужин		
	Икра свекольная/салат из зеленого горошка	50
	Пюре картофельное	130
	Чай с сахаром	180
	Суфле куриное	70
	Хлеб пшеничный	30
	Яблоко	100
Итого за 10-ый день		

Заведующий МКДОУ №77

Лашова Н.В.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0082D06D113C09DEBE4442AB95BDC14DE7
Владелец: Лашова Наталья Викторовна
Действителен: с 29.03.2024 по 22.06.2025