

Утверждаю:
заведующий МБДОУ "Детский сад №32 "Ромашка"
Королева М.В. _____
" " 20 г

ПЛАН-МЕНЮ

зимне-весенний период

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

1-я неделя / 1. понедельник 1-я неделя / 2. вторник 1-я неделя / 3. среда 1-я неделя / 4. четверг 1 неделя / 5. пятница

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

2ой завтрак

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

обед

1	Овощи свежие или консервированные	60	Икра кабачковая	60	Салат из свеклы	60	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60
2	Щи из свежей капусты со сметаной и мясными фрикадельками	200/6/30	Лапша домашняя	200	Суп овощной со сметаной и фрикадельками	200/8/30	Рассольник "Ленинградский" с мясными фрикадельками и сметаной	200/20/8	Борщ со сметаной	200/8
3	Оладьи из печени	75	Птица отварная	80	Котлета рыбная любительская	80	Жаркое по-домашнему	130/40	Тефтели из свинины с красным соусом	50/50
4	Каша гречневая	120	Картофельное пюре	130	Рис отварной	130			Картофель отварной	130/5
5	Компот из сухофруктов	180	Кисель плодово-ягодный	150	Компот из свежих яблок	180	Компот из сухофруктов	180	Кисель из сока	180
6	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37

ПОЛДНИК

ПЛАН-МЕНЮ **зимне-весенний период** **для МБДОУ с 8 -10 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

завтрак

1	Вермишель молочная	160	Каша овсяная "Геркулесовая"	200	Каша молочная манная с маслом	200/4	Каша молочная пшеничная (жидкая)	180	Каша молочная рисовая	200
2	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	Масло сливочное	
3	Сыр	7	Хлеб пшеничный	40	Сыр	7			Сыр	
4	Какао с молоком	180	Кофейный напиток с молоком	180	Хлеб пшеничный	40	Какао с молоком	150	Кофейный напиток с молоком	
5	Хлеб пшеничный	40			Какао с молоком	180	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		Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60	
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и фрикадельками	200/30	Суп гороховый с гренками	200/8	Щи из свежей капусты с мясными фрикадельками и сметаной	200/30/8	Суп картофельный с клецками	200	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200/20
3	Рыба отварная под маринадом	60/60	Голубцы "Ленивые"	216/7	Котлета из птицы	80	Гуляш из свинины	50/50	Шницель паровой	70
4	Картофельное пюре	130		Картофельное пюре	130	Каша гречневая	130	Макароны отварные	130	
5	Компот из чернослива	180	Компот из кураги	180	Компот из свежих яблок	180	Кисель плодовоягодный	180	Компот из сухофруктов	180
6	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37

ПОЛДНИК