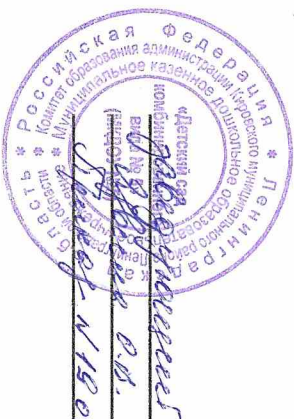


Подпись: Янина Ольга Викторовна
 ИНН: 5006037855 С/шт: 13074989981
 Личный кабинет: 50@mail.ru
 Ленинградская область, Кировский район,
 г. п. Мга, Советский проспект, д.50
 Муниципальное казенное дошкольное
 образовательное учреждение «Детский сад
 комбинированного вида № 5»
 Основание: являюсь автором этого документа
 Место подписания

План-меню: Меню для детей 3-7 лет

Категория: Детский сад



УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(дата)

День 1		День 2		День 3		День 4		День 5	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша вязкая молочная из риса (с маслом или сахаром)	180	Каша вязкая молочная из пшенички	180	Каша овсяная жидкая молочная (с маслом и сахаром)	180	каша манная молочная жидкая	180	Каша пшеничная молочная жидкая	180
Какао с молоком	180	Чай с молоком или сливками	180	Кофейный напиток с молоком	180	Какао с молоком	180	Чай с молоком или сливками	180
Бутерброд с сыром	40	Бутерброд с сыром	40	Бутерброд с маслом	25	Бутерброды с джемом или повидлом (повидло)	30	Бутерброд с сыром	40
ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2	
кондитерское изделие	20	кондитерское изделие	20	яблоки	150	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	100	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100
Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	Молоко кипяченое	100			кондитерское изделие	20	кондитерское изделие	20
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Салат из свеклы отварной	50	Овощи натуральные соленые (огурцы)	50	Салат из квашеной капусты	50	Салат из свеклы отварной	50	Овощи натуральные соленые (огурцы)	50
Суп крестьянский с крупной пшенной	200	Суп с макаронными изделиями и каша рассыпчатая гречневая	200	Борщ с капустой и картофелем	200	Щи из свежей капусты с картофелем	180	Суп картофельный с клецками	200
Макаронные изделия отварные	150	каша рассыпчатая гречневая	150	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	75	Жаркое по-домашнему	200	Рагу из птицы, кролика или субпродуктов	200
Гуляш из отварной говядины	80	Бефстроганов	80	Рис отварной	150	Компот из изюма с витамином С	180	Компот из смеси сухоф-в с витамином "С"	180
Компот из изюма с витамином С	180	Напиток из плодov шиповника	180	Компот из смеси сухоф-в с витамином "С"	180	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45

Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45				
УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН	
Рагу из овощей	200	Капуста тушеная с мясом	200	Запеканка из творога (с молоком стученным)	150	Макароны отварные с сыром	150	Запеканка из творога (с молоком стученным)	150
Яйца вареные	40	Чай с сахаром	180	батон обогащенный	20	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	Чай с сахаром	180
Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	Чай с лимоном	180	батон обогащенный	20	батон обогащенный	20
батон обогащенный	20	яблоки	150	груша	150	яблоки	150	яблоки	150
День 6		День 7		День 8		День 9		День 10	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом и сахаром)	180	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром)	180	Каша овсяная жидкая молочная (с маслом и сахаром)	180	Каша вязкая молочная из пшенички	180	Каша пшеничная молочная жидкая	180
Кофейный напиток с молоком	180	Какао с молоком	180	Чай с молоком или сливками	180	Кофейный напиток с молоком	180	Какао с молоком	180
Бутерброд с маслом	25	Бутерброд с маслом	25	Бутерброд с сыром	40	Бутерброд с маслом	25	Бутерброд с маслом	25
ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2	
Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	100	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	Молоко кипяченое	100	яблоки	150
кондитерское изделие	20	кондитерское изделие	20	кондитерское изделие	20	кондитерское изделие	20		
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Овощи натуральные соленые (огурцы)	50	Салат из квашеной капусты	50	Салат из свеклы отварной	50	Салат из моркови с кукурузой	30	Овощи натуральные соленые (огурцы)	50
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	Борщ с капустой и картофелем	200	Суп с крупой и мясными фрикадельками (рисовая, перловая)	200	Рассолник	180	Суп картофельный с бобовыми	200
Голубцы с мясом и рисом	200	каша расплпчатая гречневая	150	Котлеты (биточки) рыбные	75	Капуста тушеная с мясом	200	Глив с курой	200
Компот из смеси сухофр-в с витамином "С"	180	Котлеты рубленые из птицы (с маслом)	80	Пюре картофельное	150	Компот из смеси сухофр-в с витамином "С"	180	Компот из яюма с витамином С	180

Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	Напиток из плодов шиповника	180	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45
		Компот из изюма с витамином С	180	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45						
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45								
УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН	
Омлет натуральный	150	Рагу из овощей	200	Суп молочный с макаронными изделиями	200	Запеканка из творога (с молоком стуженным)	150	Котлеты (биточки) рыбные	75		
Горох овощной отварной (с маслом)	50	Яйца вареные	40	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180	Пюре картофельное	150		
Чай с лимоном	180	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	Булочка домашняя	80	батон обогащенный	20	Чай с лимоном	180		
батон обогащенный	20	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	батон обогащенный	20	яблоки	150	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45		
яблоки	150			яблоки	150						

План-меню: Меню для детей 1,5-3 года

Категория: Ясли



УТВЕРЖДАЮ

[Signature]
(должность)

[Signature]
(ФИО)

(дата)

День 1		День 2		День 3		День 4		День 5	
ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК
Каша вязкая молочная из риса (с маслом или сахаром)	Каша вязкая молочная из пшенички	Каша овсяная жидкая молочная (с маслом и сахаром)	Каша манная молочная жидкая	Каша пшеничная молочная жидкая	175	175	175	175	175
Какао с молоком	Чай с молоком или сливками	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком или сливками	150	150	150	150	150
Бутерброд с сыром	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом (сливочным или шоколадным)	Бутерброд с маслом (сливочным или шоколадным)	Бутерброд с сыром	35	25	25	35	35
ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2	
кондитерское изделие	кондитерское изделие	яблоки	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	Соки овощные, фруктовые и ягодные	20	100	100	100	100
Молоко кипяченое	Молоко кипяченое		кондитерское изделие	кондитерское изделие	100	20	20	20	20
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Салат из свежкы отварной	Овощи натуральные соленые (огурцы)	Салат из квашеной капусты	Салат из свежкы отварной	Овощи натуральные соленые (огурцы)	40	40	40	40	40
Суп крестьянский с крупой пшенной	Суп с макаронными изделиями и картоф-м	Борщ с капустой и картофелем	Щи из свежей капусты с картофелем	Суп картофельный с клецками	160	150	150	150	150
Макаронные изделия отварные	каша рассыпчатая гречневая	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	Жаркое по-домашнему	Рагу из птицы, кролика или субпродуктов	110	150	150	150	150
Гуляш из отварной говядины	Бефстроганов	Рис отварной	Компот из изюма с витамином С	Компот из смеси сухофр-в с витамином "С"	60	150	150	150	150

Голубцы с мясом и рисом	160	каша рассыпчатая гречневая	150	Котлеты (биточки) рыбные	60	Капуста тушеная с мясом	160	Плов с курой	160
Компот из смеси сухофруктов с витамином "С"	150	Котлеты рубленые из птицы (с маслом)	75	Пюре картофельное	120	Компот из смеси сухофруктов с витамином "С"	150	Компот из изюма с витамином С	150
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	Компот из изюма с витамином С	150	Напиток из плодов шиповника	150	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30				
		Соус молочный (для подачи к блюду)	20						
УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН	
Омлет натуральный	150	Рагу из овощей	180	Суп молочный с макаронными	150	Запеканка из творога (с молоком стуженным)	150	Котлеты (биточки) рыбные	60
Горох овощной отварной (с маслом)	50	Яйца вареные	40	Чай с сахаром	150	Батон обогащенный	20	Пюре картофельное	120
Чай с лимоном	150	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	Батон обогащенный	20	Чай с сахаром	150	Чай с лимоном	150
Батон обогащенный	20	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	яблоки	100	яблоки	100	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30
яблоки	100			Булочка домашняя	60			яблоки	100