



Утверждено и согласовано управлением
Роспотребнадзора по Тамбовской области

ПЛАН-МЕНЮ

для МБДОУ с 8 -10,5 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7лет)

1-я неделя / 1. понедельник

1-я неделя / 2. вторник

1-я неделя / 3. среда

1-я неделя / 4. четверг

1-я неделя / 5. пятница

завтрак

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

2ой завтрак

1	Сок фруктовый	180	Фрукты	120	Сок фруктовый	180	Фрукты	120	Напиток витаминизированный	180
---	---------------	-----	--------	-----	---------------	-----	--------	-----	----------------------------	-----

обед

1	Овощи свежие или консервированные	60	Икра кабачковая	60	Овощи свежие или консервированные	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 из овощей со сметаной и зеленью	200/4/3	Рассольник "Ленинградский" с мясными фрикадельками и сметаной	200/30/8	Борщ со сметаной	200/8
3	Печень по-строгановски	60/60	Птица отварная	80	Котлета рыбная "Любительская"	80	Жаркое по-домашнему	130/40	Тефтели из говядины с красным соусом	50/50
4	Каша гречневая вязкая	120	Картофельное пюре	130	Рис отварной	130	Компот из сухофруктов	180	Картофель отварной	100/5
5	Компот из сухофруктов	180	Кисель плодовая годный	150	Компот из свежих яблок	180	Хлеб ржаной	37	Кисель из сока	180
6	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб пшеничный	40	Хлеб ржаной	37

полдник

1	Вареники ленивые с молочным соусом	70/10	Пудинг манный	100	Омлет натуральный	120	Лапшевник из творога	100	Пудинг творожно -яблочный с молочным соусом	130/20
2	Печенье	35	Молочная продукция	150	Булочка домашняя	50	Молочная продукция	150	Чай с сахаром	150
3	Чай с сахаром	130			Молочная продукция	150			Зефир	35
					Хлеб ржаной	37				

