



УТВЕРЖДАЮ:

ИП Бабкина Ф.С.

/Ф.С. Бабкина /

2021 г.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий

«МАДОУ ЦРР Детский сад № 252» г. Перми

/О.Н. Оносова/

2021 г.

Десятидневное меню (общее) Сад 12 ч (зимний период)

Дни	Завтрак	Выход порции	2-ой завтрак	Выход порции	Обед	Выход порции	Полдник	Выход порции	Ужин	Выход порции	Химический состав (% откл.)
День 1	1. Каша геркулесовая 2. Кофейный напиток 3. Батон с маслом	200 200 30/5	Сок	100	1. Салат из моркови 2. Свекольник/сметана 3. Печень по-строгановски 4. Рожки 5. Компот из яблок с лимоном 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250/5 70 150 200 25 25	1. Молоко 2. Булочка нежная	200 60	1. Запеканка картофельная с мясом 2. Чай с лимоном 3. Хлеб	200 200 30	
День 2	1. Каша рисовая молочная 2. Хлеб пшеничный 3. Какао с молоком	200 30 200	Фрукт	100	1. Салат из кваш. капусты 2. Щи со сметаной/сметана 3. Тефтели мясные 4. Картофельное пюре 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250/5 70 150 200 25 25	1. Пряник 2. Кефир	50 200	1. Пудинг творожный с рисом со сладким молочным соусом 2. Чай с сахаром 3. Хлеб	160/30 200 60	
День 3	1. Каша пшеничная 2. Батон с маслом 3. Чай с лимоном	200 30/5 200	Сок	100	1. Салат крестьянский 2. Суп-пюре с сыром 3. Капуста тушеная с мясом 4. Напиток из шиповника 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250 130/70 200 25 25	1. Шанежка наливная 2. Чай с сахаром	60 200	1. Омлет паровой 2. Салат из свеклы с чесноком 2. Чай с молоком 3. Хлеб	120 100 200 30	
День 4	1. Каша манная 2. Хлеб 3. Кофейный напиток с молоком	200 30 200	Фрукт	100	1. Салат из свежей капусты и моркови 2. Рассольник "Ленинградский"/сметана 3. Котлета рыбная 4. Картофельное пюре 5. Компот из кураги 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250/5 70 150 200 25 25	1. Ватрушка с повидлом 2. Йогурт	60 200	1. Запеканка творожная/соус 2. Чай с сахаром 3. Хлеб	160/30 200 60	
День 5	1. Каша ячневая 2. Батон с маслом 3. Кофейный напиток с молоком	200 30/5 200	Сок	100	1. Салат из моркови с зел.гор. 2. Борщ со сметаной/сметана 3. Кура отварная 4. Греча, Соус томатный 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250/5 60 150 200 25 25	1. Печенье 2. Чай с сахаром	50 200	1. Макароны с сыром 2. Чай с молоком 3. Хлеб	190 200 60	

День 6	1. Каша Дружба 2. Хлеб пшеничный 3. Кофейный напиток	200 30 200	Сок	100	1. Салат витаминный 2. Суп крестьянский с крупой/сметана 3. Фрикадельки мясные/соус томатный. 4. Рис отварной, 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250/5 70/30 150 200 25 25	1. Ватрушка "Лакомка" 2. Кефир	60 200	1. Запеканка творожная со сгущенным молоком 2. Кисель 3. Хлеб	160/30 200 60	
День 7	1. Суп молочный с макар. изделиями 2. Батон с сыром 3. Чай с лимоном	250 30/10 200	Фрукт	100	1. Салат из свеклы с морков. 2. Суп овощной/сметана 3. Рыба запеченная с картофелем по-русски 4. Компот из яблок с лимоном 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250/5 240 200 25 25	1. Булочка "Веснушка" 2. Чай с сахаром	60 200	1. Рожки с кабачковой икрой 2. Колбаса вареная 2. Напиток из шиповника 3. Хлеб	150/30 40 200 30	
День 8	1. Каша 3 злака - греч, рис, пшено 2. Хлеб пшеничный 3. Кофейный напиток с молоком	200 30 200	Сок	100	1. Салат из квашенной капуст. 2. Суп картофельный с макар. 3. Фрикадельки из курицы 4. Картофельное пюре 5. Компот из апельсин и яблок 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250 70 150 200 25 25	1. Пряник 2. Йогурт	50 200	1. Запеканка морковная/соус 2. Чай с сахаром 3. Хлеб	160/30 200 60	
День 9	1. Каша пшенная 2. Батон с маслом 3. Какао с молоком	200 30/5 200	Фрукт	100	1. Салат из свежей капусты с морковью 2. Суп картофельный с рыбой 3. Плов из отв. говядины/курицы 4. Компот из кураги 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250 70/150 200 25 25	1. Сдоба обыкновенная 2. Чай с сахаром	60 200	1. Рагу из овощей. 2. Кисель 3. Хлеб	190 200 60	
День 10	1. Каша пшеничная 2. Батон с повидлом 3. Чай с лимоном	200 30/10 200	Сок	100	1. Салат из свеклы с чесноком 2. Суп картоф. с бобовыми 3. Рыба тушеная в томате с овощами 4. Картофель жареный из отварного 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250 70 100 200 25 25	1. Печенье 2. Чай с молоком	50 200	1. Винегрет с яйцом вареным 2. Чай с сахаром 3. Хлеб	200/30 200 30	