



УТВЕРЖДАЮ:

ИП Бабкина Ф.С.

/Ф.С. Бабкина /

11 июля 2021 г.



СОГЛАСОВАНО:

Заведующий

«МАДОУ ЦРР-Детский сад № 252» г. Пермь

/ О.Н. Оносова /

11 июля 2021 г.

Десятидневное меню (общее) Сад 12 ч (весна-лето)

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 с молоком 3. Батон с маслом	200 200 30/5	Фрукт	100	1. Салат из помидоров 2. Свекольник/сметана 3. Печень по-строгановски 4. Рожки 5. Компот из яблок с лимоном 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250/10 70 150 200 25 25	1. Печенье 2. Молоко	40 200	1. Запеканка картофельная с мясом/соус 2. Чай с сахаром 3. Хлеб	200/30 200 30	
День 2	1. Каша рисовая молочная 2. Батон 3. Какао с молоком	200 30 200	Сок	100	1. Салат из свежих огурцов 2. Щи со сметаной/сметана 3. Тефтели мясные 4. Картофельное пюре 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250/10 70 150 200 25 25	1. Пряник 2. Кефир	40 200	1. Пудинг творожный с рисом со сладким молочным соусом 2. Чай с молоком 3. Хлеб	150/50 200 30	
День 3	1. Каша пшеничная 2. Батон с сыром 3. Чай с лимоном	200 30/15 200	Фрукт	100	1. Салат карт с зел. горошком 2. Суп с клецками 3. Бигус 4. Напиток из шиповника 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250 200 200 25 25	1. Шанежка наливная 2. Йогурт	60 200	1. Омлет с морковью 2. Сок 3. Хлеб	150 200 30	
День 4	1. Каша манная 2. Батон с маслом 3. Кофейный напиток с молоком	200 30/5 200	Сок	100	1. Салат из свеклы с чесноком 2. Рассольник "Ленинградский"/сметана 3. Котлета рыбная 4. Сложный гарнир 5. Компот из кураги 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250/10 70 150 200 25 25	1. Ватрушка с повидлом 2. Молоко	60 200	1. Запеканка творожная/соус 2. Кофейный напиток 3. Хлеб	150/30 200 30	
День 5	1. Каша ячневая 2. Батон с повидлом 3. Какао с молоком	200 30/10 200	Сок	100	1. Помидор свежий 2. Борщ со сметаной 3. Птица в соусе с томатом 4. Греча отварная 5. Компот из яблок с лимоном 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	30 250/10 60/50 150 200 25 25	1. Печенье 2. Кефир	40 200	1. Запеканка морковная/соус 2. Чай с молоком 3. Хлеб	150/30 200 30	

<b>День 6</b>	1. Каша Дружба 2. Батон с сыром 3. Кофейный напиток с молоком	200 30/15 200	Фрукт	100	1. Салат из помидоров и огурцов 2. Суп крестьянский с крупой/сметана 3. Фрикадельки мясные/соус томатный. 4. Рис припущенный с овощами 5. Компот из изюма 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250/10 70/30 150 200 25 25	1. Пряник 2. Йогурт	40 200	1. Сырники из творога со сгущенным молоком 2. Чай с сахаром 3. Хлеб	150/30 200 30
<b>День 7</b>	1. Суп молочный с макар. изделиями 2. Батон 3. Чай с молоком	200 30 200	Сок	100	1. Салат из свеклы с чесноком 2. Суп овощной/сметана 3. Рыба запеченная с картофелем по-русски 4. Компот из яблок с лимоном 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250/10 240 200 25 25	1. Ватрушка "Лакомка" 2. Молоко	60 200	1. Макароны, запеченные с сыром 2. Напиток из шиповника 3. Хлеб	190 200 30
<b>День 8</b>	1. Каша 3 злака - греч, рис, пшено 2. Батон с маслом 3. Какао с молоком	200 30 200	Фрукт	100	1. Салат из св. капусты с морк 2. Суп картофельный с макар. 3. Фрикадельки из курицы 4. Свёкла, тушенная в сметане 5. Компот из апельсинов с яблоками 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250 70 150 200 25 25	1. Булочка "Веснушка" 2. Кефир	60 200	1. Голубцы ленивые/соус 2. Сок 3. Хлеб	150/30 200 30
<b>День 9</b>	1. Омлет с зел. горош 2. Батон 3. Кофейный напиток с молоком	170 30 200	Сок	100	1. Салат из свеж огурцов 2. Суп картофельный с рыбой 3. Плов из отварной говядины 4. Компот из кураги 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250 130/70 200 25 25	1. Сдоба обыкновенная 2. Йогурт	60 200	1. Рагу из овощей. 2. Кисель 3. Хлеб	200 200 30
<b>День 10</b>	1. Каша пшеничная 2. Батон с повидлом 3. Чай с молоком	200 30/10 200	Сок	100	1. Помидор свежий 2. Суп картоф. с бобовыми 3. Котлета рыбная 4. Картофельное пюре 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	30 250 70 150 200 25 25	1. Печенье 2. Молоко	40 200	1. Винегрет с яйцом вареным 2. Чай с сахаром 3. Хлеб	200/30 200 30