

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ д/с №16 «Рябинка»



Рубцова О.А

01.012.2023

Примерное 10 дневное меню МАДОУ д/с № 16 с. Быньги (с 12 часовым пребыванием детей)

Составлено на основе:

Системы расчетов для общественного питания

**сборника технических нормативов для питания детей в дошкольных
организациях.**

Методических рекомендаций и технических документов

4.1.2. Екатеринбург , АМБ

(зима)

04-28

День 1	Вес порц. в гр.	День 2	Вес порц. в гр.	День 3	Вес порц. в гр.	День 4	Вес порц. в гр.	День 5	Вес порц. в гр.	День 6	Вес порц. в гр.	День 7	Вес порц. в гр.	День 8	Вес порц. в гр.	День 9	Вес порц. в гр.	День 10	Вес порц. в гр.
Капша рисовая	180	Капша манная	180	Суп молочный	180	Капша ассорти (рис, пшено)	180	Капша геркулесовая	180	Макарони с сыром	180	Капша Бюргерская	180	Капша пшеничная	180	омлет	180	Капша ячневая	180
Хлеб с повидлом	50/20	Хлеб с сыром	50/15,5	Хлеб с маслом	50/13	Хлеб с маслом и сыром	50/13/15,5	Хлеб с сыром	50/15,5	Хлеб с маслом	50/13	Хлеб с повидлом	50/20	Хлеб с маслом и сыром	50/13/15,5	Хлеб с сыром	50/15,5	Хлеб с маслом	50/13
Кофейный напиток	180	Какао с молоком	180	Чай	180	Кофейный напиток	180	Какао с молоком	180	Чай с молоком	180	Кофейный напиток	180	Какао на молоке	180	Чай	180	Чай с молоком	180

Второй завтрак

фрукт	120	сок	200	фрукт	100	сок	200	фрукт	100	сок	200	фрукт	120	сок	200	фрукт	100	сок	200
-------	-----	-----	-----	-------	-----	-----	-----	-------	-----	-----	-----	-------	-----	-----	-----	-------	-----	-----	-----

Обед

Салат из отварной свеклы с р/м	50	Салат из моркови с р/м	50	Салат из отв. карто-феля, мор-кови, сол.отура с р/м	50	Огурец консервир	50	Суп горохо-вый со сме-таной (с гречами)	180	Рассольник с круплой и сме-таной	180	Салат из мор-кови и яблок с р/м	50	Салат из отварной моркови с р/м	50	Салат из капусты с кукурузой луком и раст. мас-лом	50	Салат из отварной свеклы с зеленым горошком и р/м	50	Салат из моркови и изюма и р/м	50	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и р/м	50		
Борщ со сметаной	180	Ши из сеж.капусты	180	Свекольник со сметаной	180	Суп горохо-вый со сме-таной (с гречами)	180	Суп рассоль-ник с круп-ной (с гречами)	180	Рис отварной с овощами	130	Суп рисо-вый со сме-таной	180	Суп карто-фельный вегетар	180	Суп из овошей со сметаной	180	Уха ры-бацкая со сметаной	180	Уха ры-бацкая со сметаной	180	Уха ры-бацкая со сметаной	180	Уха ры-бацкая со сметаной	180
Гуляш из мяса свинины	70	Тертелли рыбные в соусе	70	Мясо кури отварное порционное	70	Запеканка картофельная фарши-рованная рыбой	200	Печень в мо-лочном соусе.	70	Жаркое по домашнему (свинина)	200	Рыба пор-ционная горбуша	70	Бытчки из мяса кур	70	Плов из мяса кур	200	Котлета из свинины	70	Котлета из свинины	70	Котлета из свинины	70	Котлета из свинины	70
Макарони	130	Картофель-нос пюре	130	Греча с овощами	130	Рис отварной с овощами	130	Кисель на фруктов. соке	180	Компот из сухофруктов	180	Компот из заморожен-ных ягод	180	Компот из сухофрук	180	Компот из заморожен-ных ягод	180	Компот из заморожен-ных ягод	180	Компот из заморожен-ных ягод	180	Компот из заморожен-ных ягод	180	Компот из заморожен-ных ягод	180
Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50

Углетощенный полдник

Кисло-молочный продукт	180	Молоко кипяченое	180	Кисло-молочный продукт	180	Молоко кипяченое	180	Кисло-молочный продукт	180	Молоко кипячен	180	Кисло-молочный продукт	180	Молоко кипячен.	180	Кисло-молочный продукт	180	Молоко кипяченый продукт	180	Молоко кипяченое	180		
Запеканка из творога	180	Запеканка из морковная	150	Омлет	180	Фрикадельки куриные	70	Королевский пирог-творог	180	Макарони отвар-ные. Варен ое яйцо	150/40	Бытчки карто-фельные запеченые	180	Капша гречневая	180	Тертелли из печени с рисом.	150	Тертелли из печени с рисом.	150	Тертелли из печени с рисом.	150	Тертелли из печени с рисом.	150
Чай с молоком	200	Чай	200	Какао с молоком	200	Чай с моло-ком	200	Чай с моло-ком	200	Чай с мо-лочный	200	Чай	200	Напиток из шиповник	200	Какао с молоке	200	Какао с молоке	200	Какао с молоке	200		
Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пше-ничный	30	Хлеб пше-ничный	30	Хлеб пше-ничный	30	Хлеб пше-ничный	30	Хлеб пше-ничный	30	Хлеб пше-ничный	30		
Шангата наливная	120	фрукт	110	праник	120	Фрукт	110	Ватрушка с творогом	90	Фрукт	110	Сдоба с маком	120	праник	110	Булочка с повидлом	120	фрукт	110	фрукт	110		