

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ д/с №16 «Рябинка»



Рубцова О.А

01.03.2024

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

(весна)

04-28

Каша пшеничная	180	Каша гречневая	180	Каша геркулесовая	180	Каша рисовая	850	Каша ячневая	180	Каша гречневая	180	Каша Ассорт (рис, пшено)	180	Омлет	180	Суп молочный	180	Каша геркулесовая	180
Хлеб с повидлом	40/20	Хлеб с сыром	50/15,5	Хлеб с маслом и сыром	50/13	Хлеб с маслом	50/13	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	120	сок	200	фрукт	120	сок	200	фрукт	120	сок	200	фрукт	120	сок	200
-------	-----	-----	-----	-------	-----	-----	-----	-------	-----	-----	-----	-------	-----	-----	-----	-------	-----	-----	-----

Обед

Салат из отварного картофеля, моркови, соевого масла	50	Салат из отварной моркови с растительным маслом	50	Салат из отварной свеклы с раст. маслом	50	Горошек консервированный	50	Салат из отварного картофеля, кукурузы и рапачого лука с раст. маслом	50	Салат из отварной картошки со сметаной	50	Огурец консервированный	50	Салат из отварной моркови с р/м	50	Салат из отварной свеклы с р/м	50	Салат из отварной свеклы с р/м	50	Салат из отварного картофеля, моркови, лука с р/м	50
Борщ со сметаной	180	Суп из оливок со сметаной	180	Суп карт. с мясом	180	Щи из свежей капусты со сметаной	180	Суп -лапша со сметаной	180	Суп картофельный вегетар	180	Суп гороховый со сметаной	180	Суп гороховый со сметаной	180	Суп рисовый со сметаной	180	Суп рисовый со сметаной	180	Суп рисовый со сметаной	180
Уши из мяса свинины	70	Тфтели рыбные в соусе	70	Плов из мяса кур	200	Запеканка картофельная фаршированная рыбой	200	Быточки из мяса кур	70	Котлета из мяса свинины	70	Рыба запеченная в молочном соусе	70	Мясо кури отварное	70	Фрикадельки из мяса кур	70	Ратун из овощей	130	Пис отварной с овощами	130
Греча с овощами	130	Картофельное пюре	130	Компот из фруктов	180	Компот из сухофруктов	180	Компот из кураги	180	Компот из фруктов сое	180	Компот из сухофрукт	180	Компот из кураги	180	Компот из черносливки и изюма	180	Компот из фруктов	180	Компот из фруктов	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

Уплотненный подлинник

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 кипяченое	180	Молоко кипяченое	180
Яквароны вар-ые Вареное	150/40	Омлет	180	Запеканка картофельная с печенью	200	Запеканка из творога	180	Картофель в омлете	180	Быточки картофельные запеченные	180	Королевский штрот (творог)	180	Каша манная	180	Тфтели рыбные с рисом в молочном соусе	180	Овощной гарнир	180	Овощной гарнир	180
Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30
Булочка с повидлом	90	фрукт	110	праник	60	фрукт	110	Ватрушка с творогом	120	Фрукт	100	праник	110	Пирожок с морковью	90	печенье	90	Расстегай с рыбой	90	Расстегай с рыбой	90