Перечень блюд 10- дневного, цикличного меню 4-х разового питания для детей дошкольных образовательных организаций на 2024г

День 1	День 2	День 3	День 4	День 5
завтрак	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**
Бутерброд с повидлом 25/30	Омлет натуральный с горошком 115/35 100/50	Суп молочный с рисовой крупой 180/200	Бутерброд с сыром 20/25	Каша гречневая рассыпчатая с молоком 150/200
Каша вязкая молочная из пшеничной крупы 150/200	Чай сладкий с молоком 170/200	Кофейный напиток на мол 150/200	Каша манная жидкая 150/200	Чай сладкий с лимоном 180/200
Чай (б/сахара) 150/200	Хлеб пшеничный 30/50	Хлеб пшеничный 20/20	Какао с молоком 150/180	Хлеб пшеничный 25/30
Хлеб пшеничный 15/20			Хлеб пшеничный 30/35	
Кондитерские изделия 20/25				
2-й завтрак	**2-й завтрак**	**2-й завтрак**	**2-й завтрак**	**2-й завтрак**
Сок в ассортименте 100/150	Кисломолочный продукт 150/150	Сок в ассортименте 100/100	Кисломолочный продукт 150/150	Сок в ассортименте 100/100
обед	**обед**	**обед**	**обед**	**обед**
Салат из свеклы 40/60	Огурец соленый 40/60	Винегрет овощной 40/60	Икра кабачковая для детского питания 40/60	Салат из свеклы с зеленым горошком 40/60
Щи из квашеной капусты (с мясом отвар, со смет)154/22/4 180/13/4	Суп рыбный (пикша) 180/200	Суп с макаронными изделиями (с отвар. мясом курицы.). 160/ 200	Суп картофельный с фрикадельками (курица) 135/35 155/45	Борщ с картофелем (с мясом и сметаной) 154/22/4 180/13/4
Гуляш из отварной говядины 60/80	Печень по-строгановски 60/80	Шницель рубленный из говядины с соусом томатным с овощами 60/23 80/30	Тефтели (курица) 60/70	Рыба тушеная вместе с овощами (минтай) 60/70
Каша гречневая рассыпчатая 120/150	Пюре картофельное 120/150	Рагу из овощей 120/130	Макаронные изделия отварные 110/130	Каша рисовая рассыпчатая 120/150
Морс клюквенный св./ягод 150/180	Компот из смеси сухофруктов 150/180	Компот из свежих яблок 150/180	Кисель из свежих плодов 150/180	Морс клюквенный св./ягод 150/180
Хлеб ржано-пшеничный.30/38	Хлеб ржано-пшеничный. 30/38	Хлеб ржано-пшеничный 30/38	Хлеб ржано-пшеничный 30/38	Хлеб ржано-пшеничный. 30/38
Хлеб пшеничный 15/20		Хлеб пшеничный 15/20		
полдник	**полдник**	**полдник**	**полдник**	**полдник**
Оладьи с соусом яблочным 80/50 120/30	Фрукты свежие 95/100	Ватрушка с повидлом 75/80	Пирожки печеные с капустой 80/80	Салат картофельный с огурцами 40/50
Чай сладкий с лимоном. 150/200	Пудинг из творога (соус молочный сладк) 85/45 100/50	Напиток апельсиновый 150/180	Сок яблочный 150/180	Оладьи из печени (соус сметанный) 50/25 70/30
	Йогурт 150/180		Фрукты свежие 95/100	Компот из смеси сухофруктов 150/180
				Хлеб пшеничный.15/20

День 6	День 7	День 8	День 9	День 10
завтрак	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**
Каша дружба 150/200	Каша жидкая молочная овсяная 150/200	Бутерброд с повидлом 20/40	Омлет натуральный с горшком 120/20 120/30	1-3Бутерброд с маслом 20 3-7Бутерброд с сыром 25
Чай (б/сахара) 180/200	Кофейный напиток на молоке 180/200	Омлет с сыром120/120	Какао с молоком 160/200	1-3Сыр (порциями) 8
1-3Хлеб пшеничный 20 3-7 Бутерброд с сыром 25	Хлеб пшеничный.20	Чай (б/сахара) 180/200	Хлеб пшеничный 30/50	Суп молочный с пшенной крупой 160/200
3-7 Хлеб пшеничный 20	3-7 Кондитерские изделия	Хлеб пшеничный 30/40	Кондитерские изделия 20/20	Кофейн напит на мол150/180
Конфеты 14/20				Хлеб пшеничный 15/15
2-й завтрак	**2-й завтрак**	**2-й завтрак**	**2-й завтрак**	**2-й завтрак**
Кисломолочный продукт 150/150	Сок в ассортименте 100	Кисломолочный продукт 150/150	Сок в ассортименте100/150	Кисломолочный продукт 150/150
обед	**обед**	**обед**	**обед**	**обед**
Салат из квашеной капусты 40/60	Салат из кукурузы 40/60	Овощи натуральные соленые (кв. капуста, огурец) 40/60	Салат «Степной» из разных овощей. 40/60	Икра кабачковая для детского питания 40/60
Рассольник ленинградский со смет 154/22/4 180/13/4	Суп картофельный с бобовыми (с сухариками) 150/6	Щи из свежей капусты с картофелем с отвар. мяс. смет. 160/13/4 180/14/4	Суп картофельный с рыбными фрикадельками (пикша) 135/45 150/50	Суп-пюре из разных овощей (с сухариками) 174/6 190/8
Суфле рыбное (минтай) соус молочный 60/26 70/30	Биточки особые (говядина) 60/80	Жаркое по домашнему (говядина)150/200	Плов из говядины 180/230	Котлеты, рубленн из птицы (соус молочн) 60/25 80/30
Картофель в молоке120/150	Капуста тушеная120/150	Компот из смеси сухофруктов 150/180	Компот из свежих плодов 150/180	1-3Овощи с макаронами 110 3-7Макароны отв с овощ 130
Кисель из ягод (клюквы) 150/180	Компот из свежих плодов 150/180	Хлеб ржано-пшеничный. 30/38	Хлеб ржано-пшеничный. 30/38	Кисель из свежих плодов 150/180
Хлеб пшеничный.15/20	Хлеб ржано-пшеничный. 30/38			Хлеб ржано-пшеничный. 30/38
Хлеб ржано-пшеничный. 30/38				
полдник	**полдник**	**полдник**	**полдник**	**полдник**
1-3 Фрукты свежие 95/100	Фрукты свежие 95/100	Салат картофельный 40/60	Фрукты свежие 95/100	Печень тушеная в соусе (соус сметанный) 60/70
Сырники из творога (соус молочн сладкий 85/45 100/50	Ватрушка с творогом 50/80	Котлеты рыбные любительские (минтай) 60/70	Запеканка из творога(соус клюквенный) 80/50 110/40	Пюре картофельное 120/150
Сок в ассортименте 150 /180	Напиток цитрусовый 150/180	Напиток из свежих плодов150/180	Час сахаром 150/180	Чай сладкий с лимоном 150/180
		Хлеб пшеничный.15		Хлеб пшеничный.15/30
* - апельсин, мандарин;** - яблоко, банан, груша	;*** - яблочный, абрикосовый, вишневый,виноградный, сливовый, морковный, томатный		;**** - йогурт, снежок, ряженка, кефир (жирность от 2,5% до 3,5%);	***** - зефир, мармелад, печенье, вафли, пряники.