



УТВЕРЖАЮ
Заведующий
МДОУ «Д/с № 24»
Хасаншина В. А.
2017 г.

Примерное 10-ти дневное меню МДОУ «Детский сад № 24» дети с 3 до 7 лет

| | 1 день понедельник | 2 день вторник | 3 день среда | 4 день четверг | 5 день пятница | 6 день понедельник | 7 день вторник | 8 день среда | 9 день четверг | 10 день пятница |
|---|---|---|---|--|---|---|---|---|---|---|
| а | Каша манная молочная жидкая 200 | Каша «Дружба» 200 | Салат из моркови и яблок 60 | Каша овсяная из хлопьев «Геркулес» молочная жидкая 200 | Каша пшеничная молочная жидкая 200 | Каша овсяная из хлопьев «Геркулес» молочная жидкая 200 | Каша пшеничная молочная жидкая 200 | Салат из моркови 60 | Каша манная молочная жидкая 150 | Каша «Дружба» 200 |
| б | Батон «паровичок» 30 | Батон «паровичок» 30 | Каши кукурузная молочная жидкая 200 | Батон «паровичок» 30 | Батон «паровичок» 30 | Батон «паровичок» 30 | Батон «паровичок» 30 | Батон «паровичок» 30 | Батон «паровичок» 30 | Батон «паровичок» 30 |
| в | Масло сливочное 5 | Масло сливочное 5 | Батон «паровичок» 30 | Масло сливочное 5 | Масло сливочное 5 | Масло сливочное 5 | Масло сливочное 5 | Масло сливочное 5 | Масло сливочное 5 | Масло сливочное 5 |
| г | Сыр порционный 10 | Сыр порционный 10 | Кофейный напиток с молоком 200 | Сыр порционный 10 | Сыр порционный 10 | Сыр порционный 10 | Сыр порционный 10 | Кофейный напиток с молоком 200 | Кофейный напиток с молоком 180 | Сыр порционный 10 |
| д | Кофейный напиток с молоком 200 | Кофейный напиток с молоком 200 | Кофейный напиток с молоком 200 | Кофейный напиток с молоком 200 | Кофейный напиток с молоком 200 | Кофейный напиток с молоком 200 | Кофейный напиток с молоком 200 | Кофейный напиток с молоком 200 | Кофейный напиток с молоком 180 | Кофейный напиток с молоком 200 |
| е | Соки овощные, фруктовые и ягодные 100 | Плоды свежие (яблоки) 100 | Соки овощные, фруктовые и ягодные 100 | Плоды свежие (груша) 100 | Соки овощные, фруктовые и ягодные 100 | Соки овощные, фруктовые и ягодные 100 | Плоды свежие (груша) 100 | Соки овощные, фруктовые и ягодные 100 | Плоды свежие (яблоки) 100 | Соки овощные, фруктовые и ягодные 100 |
| ж | Суп картофельный с обжаренным фаршем на курином бульоне 250 | Суп картофельный с обжаренным фаршем на курином бульоне 250 | Суп с мясными фрикадельками 250 | Суп из овощей 250 | Суп картофельный с крупой на курином бульоне 250 | Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне 250 | Салат из свежих помидоров и огурцов 60 | Салат из свежих овощей картофельный 250 | Салат из моркови с зеленым горошком 60 | Уха с крупой 250 |
| з | Овощи натуральные свежие помидоры 40 | Хлеб из пшеницы 70-80 | Печенье тонкое (ди- етическое) 70-80 | Вареники картофельная с мясом 200 | Овощи натуральные свежие помидоры 40 | Курятина тушеная 150 | Плов из говяжьих и свиных сусунов 200 | Жареное куриное филе 100 | Борщ с капустой и картофелем 150 | Котлеты, биточки (пшеница 70) |
| и | Курятина тушеная 70-80 | Компот из смеси сухофруктов 200 | Рис отварной рассыпчатый 150 | Компот из яблок и вишни сушеных 200 | Терфит из овощей с рисом «салат» в соусе красном остром 70-80 | Капуста тушеная 150 | Плов из говяжьих и свиных сусунов 200 | Жареное куриное филе 100 | Компот из смеси сухофруктов 200 | Компот из смеси пшеницы и яблочной 200 |
| к | Каши гречневая рассыпчатая 150 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Компот из яблок с лимонком 200 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 |
| л | Компот из яблок и вишни сушеных 200 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 |
| м | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 |
| н | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 | Хлеб (радиоуплотненный) «Созвездия» 40 |
| о | Молоко кипяченое 200 | Молоко кипяченое 200 | Йогурт 150 | Молоко кипяченое 200 | Молоко кипяченое 200 | Молоко кипяченое 200 | Молоко кипяченое 200 | Йогурт 150 | Молоко кипяченое 200 | Молоко кипяченое 200 |
| п | Батон «паровичок» 30 | Печенье 20 | Вафельный лист 60 | Пряник 20 | Пирожки печеные из сливочного теста с яблоками фаршем 60 | Батон «паровичок» 30 | Вафельный лист 20 | Сливки обезжиренные печенье (печенье хрустящее) | Бисквит из яблок 200 | Молоко кипяченое 200 |
| р | Повидло 30 | Печенье 20 | Вафельный лист 60 | Пряник 20 | Пирожки печеные из сливочного теста с яблоками фаршем 60 | Батон «паровичок» 30 | Вафельный лист 20 | Сливки обезжиренные печенье (печенье хрустящее) | Бисквит из яблок 200 | Молоко кипяченое 200 |
| с | Рыба отварная 100 | Рыба отварная 100 | Вареники картофельная с мясом 200 | Терфит рыбный в белом соусе 80-90 | Суп картофельный с макаронными изделиями 250 | Кукуруза консервированная 40 | Суп из рыбы 100 | Пудинг творожный овощной 150 | Сельдь с яблоком 100 | Суп картофельный с крупой 250 |
| т | Яблоко отварное 1 шт | Яблоко отварное 1 шт | Чай с сахаром вареном медом 200 | Вареники 150 | Вареники 150 | Вареники 150 | Суп из рыбы 100 | Суп картофельный с картофельным пюре 150 | Сельдь с яблоком 100 | Вареники картофельная с мясом 200 |
| у | Напиток фруктовый 200 | Напиток фруктовый 200 | Плоды свежие (яблоки) 100 | Напиток из вареной каши 30 | Напиток из вареной каши 30 | Напиток из вареной каши 30 | Салат овощные, фруктовые и ягодные (груша) 200 | Чай с сахаром вареном медом 200 | Чай с яблоком 100 | Чай с сахаром вареном медом 200 |
| ф | Хлеб пшеничный 40 | Салат овощные, фруктовые и ягодные (груша) 200 | Плоды свежие (яблоки) 100 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Чай с сахаром вареном медом 200 | Чай с яблоком 100 | Чай с сахаром вареном медом 200 |
| х | Хлеб пшеничный 40 | Салат овощные, фруктовые и ягодные (груша) 200 | Плоды свежие (яблоки) 100 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Чай с сахаром вареном медом 200 | Чай с яблоком 100 | Чай с сахаром вареном медом 200 |
| ц | Хлеб пшеничный 40 | Салат овощные, фруктовые и ягодные (груша) 200 | Плоды свежие (яблоки) 100 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Чай с сахаром вареном медом 200 | Чай с яблоком 100 | Чай с сахаром вареном медом 200 |
| ч | Хлеб пшеничный 40 | Салат овощные, фруктовые и ягодные (груша) 200 | Плоды свежие (яблоки) 100 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Чай с сахаром вареном медом 200 | Чай с яблоком 100 | Чай с сахаром вареном медом 200 |
| ш | Хлеб пшеничный 40 | Салат овощные, фруктовые и ягодные (груша) 200 | Плоды свежие (яблоки) 100 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Чай с сахаром вареном медом 200 | Чай с яблоком 100 | Чай с сахаром вареном медом 200 |
| щ | Хлеб пшеничный 40 | Салат овощные, фруктовые и ягодные (груша) 200 | Плоды свежие (яблоки) 100 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Чай с сахаром вареном медом 200 | Чай с яблоком 100 | Чай с сахаром вареном медом 200 |
| ъ | Хлеб пшеничный 40 | Салат овощные, фруктовые и ягодные (груша) 200 | Плоды свежие (яблоки) 100 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Чай с сахаром вареном медом 200 | Чай с яблоком 100 | Чай с сахаром вареном медом 200 |
| ы | Хлеб пшеничный 40 | Салат овощные, фруктовые и ягодные (груша) 200 | Плоды свежие (яблоки) 100 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Чай с сахаром вареном медом 200 | Чай с яблоком 100 | Чай с сахаром вареном медом 200 |
| э | Хлеб пшеничный 40 | Салат овощные, фруктовые и ягодные (груша) 200 | Плоды свежие (яблоки) 100 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Чай с сахаром вареном медом 200 | Чай с яблоком 100 | Чай с сахаром вареном медом 200 |
| ю | Хлеб пшеничный 40 | Салат овощные, фруктовые и ягодные (груша) 200 | Плоды свежие (яблоки) 100 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Чай с сахаром вареном медом 200 | Чай с яблоком 100 | Чай с сахаром вареном медом 200 |
| я | Хлеб пшеничный 40 | Салат овощные, фруктовые и ягодные (груша) 200 | Плоды свежие (яблоки) 100 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Хлеб пшеничный 40 | Чай с сахаром вареном медом 200 | Чай с яблоком 100 | Чай с сахаром вареном медом 200 |