

## ПЛАН-МЕНЮ

**для МБДОУ с 10,5 -12 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7 лет)**

**1-я неделя / 1. понедельник**

**1-я неделя / 2. вторник**

**1-я неделя / 3. среда**

1-я неделя / 4. четверг

**1-я неделя / 5. пятница**

**завтрак**[illegible]

## 2ой завтрак

1	Сок фруктовый	180	Фрукты	120	Сок фруктовый	180	Фрукты	120	Сок фруктовый
---	---------------	-----	--------	-----	---------------	-----	--------	-----	---------------

обед

1	Овощи свежие или консервированные	60	Икра кабачковая	60	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные
2	Щи из свежей капусты со сметаной и мясными фрикадельками	200/6/3 0	Лапша домашняя	200	Суп из овощей со сметаной и зеленью	200/4/3	Рассольник "Ленинградский" с мясными фрикадельками и сметаной	200/20/8	Борщ со сметаной
3	Печень по-строгановски	60/60	Птица отварная	80	Котлета рыбная "Любительская"	80	Жаркое по-домашнему	130/40	Тефтели из говядины с красным соусом
4	Каша гречневая вязкая	120	Картофельное пюре	130	Рис отварной	130	Компот из сухофруктов	180	Картофель отварной
5	Компот из сухофруктов	180	Кисель плодово-ягодный	180	Компот из свежих яблок	180	Хлеб ржаной	37	Кисель из сока
6	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37			Хлеб ржаной

**ПОЛДНИК**

[illegible]

для МБДОУ с 10,5 -12 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

2-я неделя / 5. пятница

1	Вермишель молочная	160	Каша овсяная "Теркулесовая" жидкая	200	Каша молочная манная с маслом	200/4	Каша молочная пшениная (Жидкая)	180	Каша молочная рисовая (жидкая)
2	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	Сыр	7	Масло сливочное	7	Масло сливочное
3	Сыр	7	Кофейный напиток с молоком	180	Чай с молоком	180	Какао с молоком	150	Сыр
4	Какао с молоком	180	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Кофейный напиток с молоком
5	Хлеб пшеничный	40			Масло сливочное	7			Хлеб пшеничный

1	Сок фруктовый	180	Фрукты	120	Сок фруктовый	180	Фрукты	120	Сок фруктовый
---	---------------	-----	--------	-----	---------------	-----	--------	-----	---------------

1	Овощи свежие или консервированные	60	Суп гороховый с гречками	200/8	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные
2	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	Голубцы ленивые	216/7/5	Щи из свежей капусты с мясными фрикадельками и сметаной	200/30/8	Суп картофельный с клецками	200	Суп картофельный с рыбными фрикадельками
3	Рыба отварная под маринадом	60/60	Компот из кураги	180	Котлета из птицы	80	Азу из говядины	50/50	Шницель паровой
4	Картофельное пюре	130	Хлеб ржаной	37	Картофельное пюре	130	Каша гречневая	100	Макароны отварные
5	Компот из сухофруктов	180			Компот из свежих яблок	180	Кисель плодово-ягодный	180	Компот из сухофруктов
6	Хлеб ржаной	37			Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной

[illegible]

200
7
40
7
150

180
-----

60
200/8
50/50
100/5
180
37

130/20
150
35

200
7
7
180
40

180
-----

60
200/20
70
130
180
37

120/20
180/6
40