

"Приложение № 1
к приказу № 229- о/д от
28.10.2020
УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МБДОУ
«Детский сад
№ 48 «Пчёлка»
_____ Волкова Л.Б."

Таблица ПЛАН-МЕНЮ
зимне-весенний период
для МБДОУ с 10,5-12 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (от 1-го до 3-х 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		
№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.
завтрак			завтрак			завтрак			завтрак			завтрак		
1	Каша молочная гречневая (жидкая)	.150	1	Каша геркулесовая (вязкая)	.130	1	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	.150/5	1	Каша молочная пшенная (жидкая)	.100	1	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	.150/3
2	Масло сливочное	.005	2	Омлет с сыром	.030	2	Масло сливочное	.005	2	Яйцо вареное	.040 (1шт)	2	Масло сливочное	.005
3	Сыр	.005	3	Масло сливочное	.005	3	Сыр	.005	3	Масло сливочное	.005	3	Сыр	.005
4	Хлеб пшеничный	.030	4	Хлеб пшеничный	.025	4	Хлеб пшеничный	.030	4	Хлеб пшеничный	.025	4	Хлеб пшеничный	.025
5	Кофейный напиток на молоке	.150	5	Чай с молоком и сахаром	.158 (150/8)	5	Кофейный напиток на молоке	.150	5	Какао на молоке	.150	5	Чай с молоком и сахаром	.158 (150/8)
2-ой завтрак			2-ой завтрак			2-ой завтрак			2-ой завтрак			2-ой завтрак		
1	Сок абрикосовый	.120	1	Кисель плодоваягодный	.120	1	Сок виноградный	.120	1	Сок апельсиновый	.120	1	Сок яблочный	.120
2	Яблоки	.100	2	Груши	.080	2	Груши	.017	2	Печенье	.015	2	Апельсин	.070
обед			обед			обед			обед			обед		
1	Икра кабачковая	.060	1	Салат из свеклы с зеленым горошком	.050	1	Помидоры соленые	.050	1	Икра морковная	.050	1	Сельдь с луком и маслом	.050
2	Суп лапша домашняя на курином бульоне	.200	2	Щи из свежей капусты со сметаной	.200/9	2	Суп картофельный с макаронными изделиями	.200	2	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	.200/12	2	Борщ из свежей капусты со сметаной	.200/9
3	Куры отварные	.040	3	Шницель паровой	.050	3	Гуляш из свинины	.125 (50/75)	3	Оладьи из печени	.050	3	Биточки говяжьи паровые	.060
4	Овощи тушеные в соусе	.120	4	Картофель в молоке	.120	4	Свекла тушеная в белом соусе	.110	4	Капуста тушеная	.120	4	Макароны отварные	.090
5	Компот из кураги	.150	5	Компот из сухофруктов	.150	5	Чай с сахаром	.158 (150/8)	5	Чай с лимоном	.163 (150/8/5)	5	Кисель плодоваягодный	.150
6	Хлеб ржаной	.036	6	Хлеб ржаной	.036	6	Хлеб ржаной	.036	6	Хлеб ржаной	.036	6	Хлеб ржаной	.036
уплотненный полдник			уплотненный полдник			уплотненный полдник			уплотненный полдник			уплотненный полдник		
1	Рыба жареная под маринадом	.070 (35/35)	1	Пудинг из отварной говядины	.040	1	Пудинг творожный со сметаной	.085 (70/15)	1	Котлеты рыбные любительские	.060	1	Сырники с соусом сметанным сладким	.104 (80/24)
2	Картофельное пюре	.100	2	Рагу из овощей	.110	2	Пирожки печеные с яблоками	.030	2	Картофельное пюре	.100	2	Морковь тушенная с яблоками	.080
3	Чай с лимоном	.163 (150/8/5)	3	Булочка "Веснушка"	.040	3	Йогурт	.150	3	Яблоки печеные	.055	3	Кефир с сахаром	.150/8
4	Ватрушка с повидлом	.035	4	Снежок	.150	4	Хлеб пшеничный	.020	4	Ряженка с сахаром	.150/4	4	Хлеб пшеничный	.020
5	Хлеб пшеничный	.025	5	Хлеб пшеничный	.020	5	Банан	.070	5	Хлеб пшеничный	.020			

Таблица ПЛАН-МЕНЮ
зимне-весенний период
для МБДОУ с 10,5-12 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (от 1-го до 3-х лет)

2-я неделя / 1. понедельник			2-я неделя / 2. вторник			2-я неделя / 3. среда			2-я неделя / 4. четверг			2-я неделя / 5. пятница		
№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.
1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
завтрак			завтрак			завтрак			завтрак			завтрак		
1	Салат из вареных овощей	.070	1	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	.150/3	1	Каша геркулесовая (вязкая)	.120	1	Каша молочная перловая жидкая	.150	1	Запеканка из творога с соусом молочным (сладким)	.090 (60/30)
2	Омлет запеченный с сыром	.057	2	Масло сливочное	.005	2	Масло сливочное	.005	2	Масло сливочное	.005	2	Масло сливочное	.005
3	Масло сливочное	.005	3	Хлеб пшеничный	.025	3	Сыр	.005	3	Сыр	.006	3	Хлеб пшеничный	.020
4	Хлеб пшеничный	.025	4	Кофейный напиток на молоке	.150	4	Хлеб пшеничный	.025	4	Хлеб пшеничный	.025	4	Чай с молоком и сахаром	.158 (150/8)
5	Какао на молоке	.150				5	Какао на молоке	.150	5	Кофейный напиток на молоке	.150	5	Яблоки	.090
2-ой завтрак			2-ой завтрак			2-ой завтрак			2-ой завтрак			2-ой завтрак		
1	Сок яблочный	.120	1	Молоко пастеризованное пакетированное	.150	1	Йогурт	.150	1	Сок апельсиновый	.120	1	Сок персиковый	.120
2	Яблоки	.090	2	Вафли с фруктовой начинкой	.017				2	Банан	.090	2	Мармелад	.015
обед			обед			обед			обед			обед		
1	Огурец соленый	.050	1	Икра тыквенная	.050	1	Салат из картофеля с зеленым горошком	.050	1	Помидоры соленые	.050	1	Винегрет овощной	.050
2	Рассольник домашний с фрикадельками и со сметаной	.200/25/8	2	Щи по-уральски со сметаной	.200/8	2	Суп картофельный с пшеном	.200	2	Борщ с фасолью и сметаной	.200/8	2	Суп картофельный с горохом	.200
3	Плов из птицы	.115 (80/35)	3	Тефтели из говядины с красным соусом	.095 (50/45)	3	Котлета Здоровье	.060	3	Печень тушеная в соусе	.080 (40/40)	3	Шницель паровой	.050
4	Компот из кураги	.150	4	Рагу из овощей	.120	4	Капуста тушеная	.120	4	Макароны отварные	.100	4	Картофельное пюре	.120
5	Хлеб ржаной	.036	5	Кисель из сока	.150	5	Компот из изюма	.150	5	Чай с сахаром	.158 (150/8)	5	Компот из сушеных яблок	.150
уплотненный полдник			уплотненный полдник			уплотненный полдник			уплотненный полдник			уплотненный полдник		
1	Белип	.060	1	Пудинг творожный с яблоками и джемом	.104 (80/24)	1	Суфле из рыбы	.055	1	Икра кабачковая	.030	1	Салат "Мозаика"	.050
2	Картофель в молоке	.090	2	Ряженка с сахаром	.150/4	2	Картофель отварной	.080/4	2	Биточки рыбные (паровые)	.050	2	Фрикадельки рыбные в молочном соусе	.080 (40/40)
3	Чай с лимоном	.163 (150/8/5)	3	Хлеб пшеничный	.020	3	Чай с лимоном	.163 (150/8/5)	3	Котлеты овощные	.070	3	Ряженка с сахаром	.150/4
4	Булочка Домашняя	.040	4	Апельсин	.070	4	Пирожки печеные с яблоками	.040	4	Булочка "Осенняя"	.050	4	Хлеб пшеничный	.015
5	Хлеб пшеничный	.023				5	Хлеб пшеничный	.020	5	Кефир	.150			
						6	Хлеб пшеничный	.020	6	Хлеб пшеничный	.020			

Таблица ПЛАН-МЕНЮ
зимне-весенний период
для МБДОУ с 10,5-12 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (от 1-го до 3-х лет)

3-я неделя / 1. понедельник			3-я неделя / 2. вторник			3-я неделя / 3. среда			3-я неделя / 4. четверг			3-я неделя / 5. пятница		
№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход одного блюда, г.
1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
завтрак			завтрак			завтрак			завтрак			завтрак		
1	Вермишель молочная	.150	1	Каша молочная "Дружба"	.150	1	Каша молочная пшениная (жидкая) с маслом	.153 (150/3)	1	Каша молочная ячневая (жидкая)	.150	1	Пудинг творожный с яблоками и джемом	.104 (80/24)
2	Масло сливочное	.005	2	Масло сливочное	.005	2	Яйцо вареное	.040 (1шт)	2	Масло сливочное	.005	2	Масло сливочное	.005
3	Сыр	.005	3	Сыр	.005	3	Масло сливочное	.005	3	Сыр	.005	3	Чай с молоком и сахаром	.158 (150/8)
4	Кофейный напиток на молоке	.150	4	Чай с молоком и сахаром	.158 (150/8)	4	Кофейный напиток на молоке	.150	4	Какао с молоком	.150	4	Хлеб пшеничный	.020
5	Хлеб пшеничный	.030	5	Хлеб пшеничный	.025	5	Хлеб пшеничный	.025	5	Хлеб пшеничный	.025	5		
2-ой завтрак			2-ой завтрак			2-ой завтрак			2-ой завтрак			2-ой завтрак		
1	Сок персиковый	.120	1	Йогурт	.150	1	Сок персиковый	.120	1	Ряженка с сахаром	.150/4	1	Апельсин	.070
2	Апельсин	.100	2	Груши	.080	2	Вафли с фруктовой начинкой	.017	2	Мармелад	.015	2	Сок виноградный	.120
обед			обед			обед			обед			обед		
1	Салат из свеклы с р/маслом	.050	1	Салат из вареных овощей	.050	1	Огурец соленый	.050	1	Икра морковная	.050	1	Салат "Здоровье"	.050
2	Щи из свежей капусты	.200	2	Суп картофельный с клецками	.200	2	Борщ (без капусты) со сметаной	.200/6	2	Рассольник ленинградский	.200	2	Суп крестьянский с пшеном	.200
3	Куры тушеные в соусе	.080 (40/40)	3	Биточки говяжьи паровые	.055	3	Котлеты, запеченные с молочным соусом	.072 (50/22)	3	Бефстроганов из отварного мяса	.100 (50/42/8)	3	Оладьи из печени	.050
4	Картофельное пюре	.120	4	Капуста тушеная	.120	4	Каша гречневая вязкая	.090	4	Макароны отварные с овощами	.090	4	Овощи припущенные в молочном соусе	.120
5	Чай с сахаром	.158 (150/8)	5	Компот из сухофруктов	.150	5	Чай с сахаром	.158 (150/8)	5	Кисель плодовая годный	.150	5	Компот из кураги	.150
6	Хлеб ржаной	.036	6	Хлеб ржаной	.036	6	Хлеб ржаной	.036	6	Хлеб ржаной	.036	6	Хлеб ржаной	.036
уплотненный полдник			уплотненный полдник			уплотненный полдник			уплотненный полдник			уплотненный полдник		
1	Фрикадельки мясные	.030	1	Икра тыквенная	.040	1	Икра кабачковая	.050	1	Зразы из творога с изюмом	.080	1	Огурец соленый	.040
2	Рис с овощами	.080	2	Рыба, запеченная в омлете	.080	2	Тефтели рыбные с соусом	.070 (50/20)	2	Морковь тушенная с яблоками	.090	2	Котлеты рыбные (паровые)	.050
3	Ватрушка с творогом	.065	3	Пирожки печеные с яблоками	.040	3	Картофельное пюре	.100	3	Чай с лимоном	.163 (150/8/5)	3	Картофель отварной	.140/3
4	Кисель из сока	.150	4	Чай с лимоном	.163 (150/8/5)	4	Кефир с сахаром	.150/8	4	Хлеб пшеничный	.020	4	Бифидок	.150
5	Хлеб пшеничный	.023	5	Хлеб пшеничный	.020	5	Яблоки	.100	5	Банан	.070	5	Хлеб пшеничный	.015
6			6			6	Хлеб пшеничный	.020	6			6		

