

Утверждено!
Заведующий МБДОУ д/рчч
Жу К.А. Юршимо

КОМПОНОВКА блюд к примерному 10-ти дневному циклическому меню (зимне-весенний сезон) для детей дошкольных образовательных учреждений возрастной группы 1,5-3 лет (1 неделя)

день 1	день 2	день 3	день 4	день 5
ЗАВТРАК Каша вязкая манная молочная	ЗАВТРАК Каша рисовая молочная	ЗАВТРАК Каша рисовая молочная	ЗАВТРАК Каша молочная пшеничная	ЗАВТРАК Каша молочная гречневая
1/150	1/150	1/150	1/150	1/150
Кофейный напиток	Бутерброд с маслом	Какао с молоком	Кофейный напиток	Какао с молоком
1/160	1/30	1/30	1/180	1/160
Бутерброд с маслом	Какао с молоком	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом
1/30	1/180	1/180	1/30	1/30
кондитерское изделие	кондитерское изделие	кондитерское изделие	кондитерское изделие	кондитерское изделие
1/10	1/10	1/10	1/10	1/10
2-й ЗАВТРАК	2-й ЗАВТРАК	2-й ЗАВТРАК	2-й ЗАВТРАК	2-й ЗАВТРАК
Фрукты свежие	Сок фруктовый	Фрукты свежие	Сок фруктовый	Фрукты свежие
100	100	100	100	100
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
салат из отварной свеклы с зеленым горошком	салат из белокочанной капусты 60	салат из свеклы с сыром	<u>салат из соленых огурцов с луком</u>	икра свекольная
1/40	1/40	1/40	1/40	1/40
свекольник со сметаной и яйцом	суп гороховый с гренками	Борщ с фасолью и картофелем	суп овощной	рассольник Ленинградский
1/180/20	1/180/20	1/180/20	1/180	1/180
рис с овощами	птица в соусе с томатом.	котлета рыбная любительская	<u>КОТЛЕТА МЯСНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ</u>	Жаркое по-домашнему
1/100	1/60	1/60	1/60	1/120
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	Макаронные изделия отварные с маслом	Пюре картофельное	Макаронные изделия отварные с маслом	Компот из свежих фруктов
1/40/40	1/110	1/110	1/110	1/180
Компот из свежих фруктов	Компот из сушеных фруктов	Компот из свежих фруктов	чай с сахаром	Хлеб пшеничный
1/180	1/180	1/180	1/180	1/20
Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной
1/20	1/30	1/20	1/30	1/30
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	
1/30			1/30	
ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК
пирожок с повидлом	запеканка из творога	омлет натуральный с сыром	пудинг творожно яблочный	Запеканка из печени с рисом
1/70	1/110	1/110	60	1/90
Кисломолочный напиток	молоко стуженое с сахаром	молоко стуженое с сахаром	молоко стуженое с сахаром	<u>салат из квашенной капусты со свеклой</u>
1/150	1/150	1/10	1/40	1/10
	Кисломолочный напиток	Хлеб пшеничный	молоко стуженое с сахаром	Хлеб пшеничный
	1/180	1/20	1/20	1/40
		чай с сахаром	чай с сахаром	Хлеб пшеничный
		1/180	1/180	1/20
				чай с сахаром
				1/180

КОМПОНОВКА блюд к примерному 10-ти дневному циклическому меню (зимне-весенний сезон) для детей дошкольных образовательных учреждений возрастной группы 1,5-3 лет (2 недели)

день 6	день 7	день 8	день 9	день 10
ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК
Макароны запеченные с яйцом и сыром	Каша Дружба	Каша рисовая молочная	каша вязкая молочная овсяная с курной	каша молочная
1/120	1/150	1/150	1/150	1/150
Какао с молоком	Бутерброд с сыром	Кофейный напиток	Бутерброд с сыром	пшеничная
1/180	1/30	1/160	1/30	1/30
Бутерброд с маслом	Какао витаминиз с молоком	Бутерброд с маслом	Какао с молоком	Кофейный напиток
1/30	1/180	1/30	1/180	1/160
кондитерское изделие	кондитерское изделие	кондитерское изделие	кондитерское изделие	Бутерброд с маслом
1/10	1/10	1/10	1/10	1/30
2-й ЗАВТРАК	2-й ЗАВТРАК	2-й ЗАВТРАК	2-й ЗАВТРАК	кондитерское изделие
Сок фруктовый	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Фрукты свежие	2-й ЗАВТРАК
1/50	1/50	1/50	1/50	100
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	Сок фруктовый
икра кабанькова	зеленый горошек	НАДЕЖКА ИЗ СОЛЕННЫХ ПОМИДОР	икра кабанькова	ОБЕД
1/40	1/40	1/40	1/40	1/50
борщ с капустой и картофелем со сметаной	Суп-лапша домашняя	суп Харчо	борщ Сибирский	салат из отварной свеклы с соевым соусом
1/180	1/180	1/180	1/180	1/40
каша гречневая	Плов из птицы	тефтели рыбные	Котлеты рубленые из птицы	Суп картофельный с клецками
1/110	1/180	1/60	1/60	1/180
ТЕФТЕЛТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ	Компот из свежих фруктов	супе красный основной	рис отварной с овощами	тефтели из печени с рисом
1/60	1/180	1/30	1/110	1/60
супе красный основной	Хлеб ржаной	Пюре картофельное напиток из пшеника	чай с лимоном	супе красный основной
1/15	1/30	1/110	1/180	1/15
Кисель из кураги		Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	картофельное пюре
1/180		1/180	1/180	1/20
Хлеб пшеничный	1/20	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный
1/30	1/30	1/20	1/30	1/30
Хлеб ржаной	ПОЛДНИК	Хлеб ржаной	ПОЛДНИК	Хлеб ржаной
1/30		1/30		1/30
ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК
Сырники из творога	капустя тушеная	Пирожок с повидлом	запеканка из творога	икра свекольная
1/100	1/40	1/60	1/100	1/60
молоко стуж.	яйцо варенное	молоко кипяченое	молоко стуженное	омлет натуральный
1/10	40	1/150	1/10	1/80
молоко кипяченое	Хлеб пшеничный	Итого за полдник	Кисломолочный напиток	Хлеб пшеничный
1/150	1/20	1/150	1/150	1/20
	Чай с лимоном			Хлеб пшеничный
	1/180			1/20
				молоко кипяченое
				1/150