

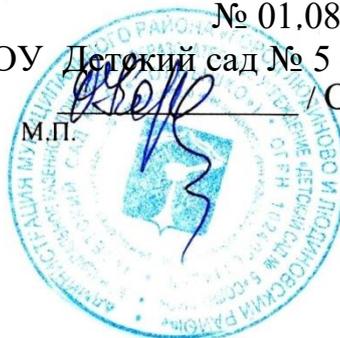
УТВЕРЖДЕНО

Приказом по детскому саду

№ 01.08.2024 г. № 48

Заведующая МКДОУ Детский сад № 5 «Солнышко»

О.Э. Королева
Ф.И.О.



**Муниципальное казенное дошкольное
общеобразовательное учреждение
«Детский сад № 5 «Солнышко»**

МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД



ПОНЕДЕЛЬНИК (1)

Завтрак

1. Макароны с маслом сливочным, сахаром. 150/135
2. Чай с сахаром. 200 /180
3. Батон с сыром. 40/18 30/15

Суммарный выход - 408 /360

10.00 Сок, кондитерка.

Обед

1. Закуска из зеленого горошка. 30/25
2. Суп картофельный с геркулесом со сметаной с мясом кур. 180/150
3. Гуляш из кур с отварным рисом. 80/120 70/100
4. Компот из сухофруктов. 180/130
5. Хлеб 50/40

Суммарный выход - 640/515

Уплотненный полдник

1. Кулеш пшеничный молочный с маслом сливочным, сахаром. 200/180
2. Какао 200/180
3. Булочка домашняя 70/60

Суммарный выход - 470 /420

ВТОРНИК (2)

Завтрак

1. Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным, сахаром. 180/150
2. Кофейный напиток 200/180
3. Батон 40/30

Суммарный выход 420/360

10.00 – фрукты

Обед

1. Закуска из моркови 20/15
2. Суп вермишелевый с мясом кур 180/150
3. Котлета мясная с тушеной капустой. 70 /130 60/110
4. Сок 180/130
5. Хлеб.50/40

Суммарный выход - 630/505

Уплотненный полдник

1. Суфле рыбное с картофельным пюре подливой 80/150/30
70/140/20
2. Хлеб 20/20
3. Батон 40 /30
4. Чай с молоком 200/180

Суммарный выход - 520/ 460

СРЕДА (3)

Завтрак

1. Омлет натуральный. 140 /120
2. Какао 200/180
3. Батон с сыром 40/20 30/20

Суммарный выход 400/350

10.00. Фрукты

Обед

1. Закуска из кукурузы 30/25
2. Борщ с мясом кур со сметаной. 180/150
3. Тефтеля мясная со сметанно – томатным соусом
140/40 120/30
4. Кисель плодовый 180 /150
5. Хлеб 50 /40

Суммарный выход 620/ 515

Уплотненный полдник

1. Творожники с шоколадной подливой 150/60 130/40
2. Чай с молоком. 200/180
3. Батон.40/30

Суммарный выход 450/380

ЧЕТВЕРГ (4)

Завтрак

1. Пудинг творожный с повидлом 130/50 120/40
2. Кофейный напиток с молоком 200/180
3. Батон 40/30

Суммарный выход – 420/370

10.00 – Фрукты

Обед

1. Закуска из свеклы с луком 20/15
2. Суп фасолевый с мясом кур 180/150
3. Рулет мясной с отварным рисом с подливой 80/120 70/110
4. Компот из смешанных фруктов 180/150
5. Хлеб 50/40

Суммарный выход - 630/ 535

Уплотненный полдник

1. Каша манная с маслом сливочным, с сахаром 200 /180
2. Молоко кипяченое 200/180
3. Батон 40/40
4. Печенье 40/30

Суммарный выход - 480/420

ПЯТНИЦА (5)

Завтрак

1. Макароны отварные с маслом сливочным, с сыром 140/20 120/20
2. Чай с сахаром. 200/180
3. Батон 40/30

Суммарный выход – 400 / 350

10.00 – сок

Обед

1. Закуска из кабачковой икры. 30/25
2. Суп рассольник с мясом кур, со сметаной 180 /150
3. Биточки рыбные с картофельным пюре, подливой 60/120 /20, 50/100 /20
4. Кисель плодовый 180/150
5. Хлеб 50 /40

Суммарный выход - 640 /525

Уплотненный полдник

1. Запеканка пшеничная со сгущенным молоком – 160/40, 140 /30
2. Какао 200/180
3. Печенье 50/50

Суммарный выход - 450/400

ПОНЕДЕЛЬНИК (6)

Завтрак

1. Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным, сахаром. 150/130
2. Кофейный напиток 200/180
3. Батон с сыром 40/20 30/15

Суммарный выход - 410/ 355

10.00. Сок 150/130 кондитерка

Обед

1. Закуска из зеленого горошка. 30/25
2. Суп Крестьянский с мясом кур 180/150
3. Суфле из отварного мяса с макаронами с подливой из томатного соуса 70 /120/30, 60/105/20
4. Компот из сухофруктов 180/130
5. Хлеб. 50/40

Суммарный выход - 660/ 530

Уплотненный полдник

1. Капустная запеканка со сметанным соусом 140/50; 130/45
2. Чай с сахаром 200/180
3. Батон с повидлом 40/20 30/15

Суммарный выход - 450/400

ВТОРНИК (7)

Завтрак

1. Плов с изюмом 160/140
2. Какао с молоком 200/180
3. Батон 40/30

Суммарный выход - 400 /350

10.00. Сок,150 /130 кондитерка

Обед

1. Закуска морковная 30/25
2. Суп Уха 180/150
3. Котлета мясная с гороховым пюре 70/120 60/110
4. Компот из смешанных сухофруктов 180/130
5. Хлеб. 50/40

Суммарный выход - 630 / 505

Уплотненный полдник

1. Манные биточки с шоколадной подливой 160/50 140/40
2. Чай с молоком. 200/180
3. Батон. 40/30

Суммарный выход - 450/390

СРЕДА (8)

Завтрак

1. Омлет с морковью 160/140
2. Чай с молоком 200/180
3. Батон.40/30

Суммарный выход - 400/350

10.00. Фрукты

Обед

1. Закуска луковая 20/15
2. Суп свекольник с мясом кур со сметаной 180/150
3. Печень тушеная в сметане с отварным рисом 70/130, 60/110
4. Кисель плодовый 180/150
5. Хлеб 50/40

Суммарный выход - 630/525

Уплотненный полдник

1. Ленивые вареники с маслом сливочным, сахаром. 180/140
2. Какао. 200/180
3. Батон 40/30

Суммарный выход - 420/350

ЧЕТВЕРГ (9)

Завтрак

1. Творожная запеканка со сгущенным молоком 140/30 120/20
2. Кофейный напиток 200/180
3. Батон 40/30

Суммарный выход - 410/350

10.00 Фрукт.

Обед

1. Закуска из кукурузы 30/25
2. Суп гречневый с картофелем, с мясом кур. 180/150
3. Голубец любительский со сметано-томатным соусом 160/30.
150/20
4. Компот из смешанных сухофруктов 180/130
5. Хлеб 50 /40

Суммарный выход - 630 / 515

Уплотненный полдник

1. Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным, сахаром.
200/170
2. Молоко 200/180
- 3.. Булочка домашняя 70/60

Суммарный выход - 470 /410

ПЯТНИЦА (10)

Завтрак

1. Каша « Здоровье» молочная с маслом сливочным с сахаром 180 / 150
2. Какао 200/180
3. Батон с сыром 40/ 20 30/15

Суммарный выход - 440/375

10.00 Фрукт

Обед

1. Закуска из икры кабачковой 40/30
2. Щи с мясом кур со сметаной 180/150
3. Гречка по-купечески 160/140
4. Компот из смешанных сухофруктов 180 /130
5. Хлеб 50 /40

Суммарный выход - 610/ 490

Уплотненный полдник

1. Тефтеля рыбная с подливой 140/50 130/40
2. Хлеб 20/20
3. Чай с сахаром 200/180
4. Батон с повидлом 40/20 30/15

Суммарный выход - 470 /415