



Утверждаю

заведующий

*О.А. Деревенко* Деревенко О.А.

« *04* » *апрель* 20 *22* г.

**ПРИМЕРНОЕ 10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО  
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
УЧРЕЖДЕНИЯ «ДЕТСКИЙ САД № 7»**

1 день	выход		2 день	выход		3 день	выход		4 день	выход		5 день	выход	
Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) маслом сливочным (17/4)	150	200	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным (4/4)	150	200	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным(15/4)	150	200	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (11\4)	150	200	Суп молочный с лапшой (21\2)	150	200
Кофейный напиток с молоком (13/10)	180	200	Чай с молоком (12/10)	180	200	Чай с лимоном (11/10)	180	205	Кофейный напиток с молоком (13/10)	180	200	Чай с молоком (12/10)	180	200
Бутерброд с маслом (163)	30	40	Хлеб с сыром(3\13)	20/5	30/10	Батон (165)	20	20	Бутерброд с маслом (163)	20/5	30/10	Батон (165)	20	20
						Повидло (146)	20	20				Повидло (146)	20	20
Яблоко (129), напиток витаминизированный	95	100	Апельсин (210102)	95	100	Бананы (26)	100	100	Компот из клюквы (232)	95	100	Яблоко (129) напиток витаминизированный	95	100
	<b>455</b>	<b>540</b>		<b>450</b>	<b>540</b>		<b>470</b>	<b>545</b>		<b>450</b>	<b>540</b>		<b>455</b>	<b>540</b>
Салат из свежих огурцов с растительным маслом (14/1)	30	60	Салат из свежих помидоров с растительным маслом (15/1)	30	60	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом (5/1)	30	60	Салат из свежих помидоров с растительным маслом (15/1)	30	60	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом (4/1)	30	60
Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом (13/1) или Салат из моркови с изюмом и растительным маслом (12/1)	30	60	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом (19/1)	30	60	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом (19/1)	30	60	Овощи натуральные свежее или соленые (огурец соленый) (69)	30	45	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом (23/1)	30	60
Свекольник со сметаной (5/2)	150	180	Щи из свежей капусты со сметаной (6/2)	150	180	Суп фасолевый (32/2)	150	180	Суп картофельный с макаронными изделиями (18/2)	150	180	Суп картофельный с крупой (16/2)	150	180
Мясо говядины, тушеное с овощами (3/8)	150	200	Биточки (котлеты) из мяса кур (14/8)	60	70	Рыба, тушенная с овощами (4/7) Тефтели рыбные в соусе (11/7)	-	90	Биточки (котлеты) из мяса говядины (14/8)	60	80	Печень по-строгановски (9/8) Суфле из печени (35/8)	60	70
			Гарнир овощной сборный (36/3)	110	130	Каша рисовая рассыпчатая (45/3)	110	130	Сложный гарнир (8/3; 3/3)	50/50	75/75	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (44/3)	110	130
Напиток из шиповника (15/10)	150	180	Компот из свежих плодов (яблоки) (18)	150	200	Компот из сухофруктов (6/10)	150	180	Компот из яблок и кураги (1\10)	150	180	Чай с лимоном (11/10)	150	205
Хлеб пшеничный вит. (58,59)	20	30	Хлеб пшеничный вит. (58,59)	20	30	Хлеб пшеничный вит. (58,59)	20	30	Хлеб пшеничный вит. (58,59)	20	30	Хлеб пшеничный вит. (58,59)	20	30
Хлеб ржаной (62,63)	30	40	Хлеб ржаной (62,63)	30	40	Хлеб ржаной (62,63)	30	40	Хлеб ржаной (62,63)	30	40	Хлеб ржаной (62,63)	30	40
	<b>530</b>	<b>690</b>		<b>550</b>	<b>710</b>		<b>540</b>	<b>710</b>		<b>550</b>	<b>720</b>		<b>550</b>	<b>715</b>
Сырники из творога (6\5)	80	80	Манник со сгущенным молоком (274)	70	70	Суфле творожное (19\5)	80	100	Омлет запеченный или паровой (2/6)	80	100	Вареники ленивые (5/5)	70	100
Молоко кипяченое (19)	180	200	Кисломолочный напиток (12)	180	200	Молоко кипяченое (19)	150	200	Кисломолочный напиток (12)	180	200	Молоко кипяченое (19)	150	200
	<b>260</b>	<b>280</b>		<b>225</b>	<b>270</b>		<b>230</b>	<b>300</b>		<b>275</b>	<b>300</b>		<b>220</b>	<b>300</b>

6 день	выход		7 день	выход		8 день	выход		9 день	выход		10 день	выход	
Каша манная с маслом сливочным (5\4)	150	200	Суп молочный с лапшой (21\2)	150	200	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным (18\4)	150	200	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным (4\4)	150	200	Каша ячневая молочная с маслом сливочным (14\4)	150	200
Кофейный напиток с молоком (13\10)	180	200	Чай с лимоном (11\10)	180	205	Чай с молоком (12\10)	180	200	Какао с молоком (14\10)	180	200	Кофейный напиток с молоком (13\10)	180	200
Бутерброд с маслом (163)	25	40	Батон (165)	20	30	Бутерброд с маслом (163)	30	40	Батон (165)	20	20	Батон (165)	20	30
			Повидло (146)	20	20				Сыр (порциями) (68)	10	20	Повидло (146)	20	20
Яблоко (129), напиток витаминизированный	95	100	Яблоко (129)	95	100	Яблоко (129), напиток витаминизированный	95	100	Компот из клюквы (232)	95	100	Яблоко (129), напиток витаминизированный	95	100
	<b>450</b>	<b>540</b>		<b>450</b>	<b>555</b>		<b>465</b>	<b>540</b>		<b>455</b>	<b>540</b>		<b>465</b>	<b>550</b>
Салат из белокочанной капусты с растительным маслом (3/1)	30	60	Салат из свежих огурцов с растительным малом (14/1)	30	60	Салат из моркови с яблоками и растительным маслом (11/1)	30	60	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом (19/1)	30	60	Салат из свежих помидоров с растительным малом (15/1)	30	60
Салат из отварной свеклы с растительным маслом (20/1)	30	60	Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом(7/1)	30	60	Сельдь с маслом сливочным (35/1) или Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом (13/1)	15 30	25 60	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом (23/1)	30	60	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом (27/1)	30	60
Борщ со сметаной (2/2)	150	180	Суп картофельный с крупой (16/2)	150	180	Суп картофельный с макаронными изделиями (18/2)	150	180	Суп картофельный с бобовыми (17/2)	150	180	Уха рыбацкая (30/2)	150	180
Суфле рыбное (14/7)	60	95	Рулет из мяса говядины с яйцом (29/8)	60	80	Печень по-строгановски (9/8) Суфле из печени (35/8)	60	80	Рыба отварная (1/7) Пюре из рыбы (минтай) (13/7)	60	80	Суфле из мяса кур (8/9)	60	80
Каша рисовая рассыпчатая (45/3)	110	130	Горошница (96)	110	150	Картофельное пюре (3/3)	110	150	Рагу из овощей (18/3)	110	130	Капуста тушеная (8/3)	110	150
Компот из сухофруктов (6/10)	150	200	Кисель из сухофруктов (9/10)	150	180	Компот из сухофруктов (6/10)	150	200	Компот из свежих плодов (яблоки) (18)	150	200	Напиток из плодов шиповника (15/10)	150	180
Хлеб пшеничный вит. (58,59)	20	30	Хлеб пшеничный вит.(58,59)	20	30	Хлеб пшеничный вит. (58,59)	20	30	Хлеб пшеничный вит. (58,59)	20	30	Хлеб пшеничный вит. (58,59)	20	30
Хлеб ржаной (62,63)	30	40	Хлеб ржаной (62,63)	30	40	Хлеб ржаной (62,63)	30	40	Хлеб ржаной (62,63)	30	40	Хлеб ржаной (62,63)	30	40
	<b>550</b>	<b>735</b>		<b>550</b>	<b>720</b>		<b>550</b>	<b>740</b>		<b>550</b>	<b>720</b>		<b>550</b>	<b>720</b>
Запеканка из творога с яблоками (16\5)	80	100	Макаронные изделия с сыром (43\3)	100	160	Вафли	70	70	Омлет запеченный или паровой (2/6)	80	100	Вареники ленивые (5/5)	75	100
Молоко кипяченое (19)	180	200	Чай с молоком (12\10)	180	200	Кисломолочный напиток (12)	180	200	Молоко кипяченое (19)	180	200	Кисломолочный напиток (12)	180	200
	<b>260</b>	<b>300</b>		<b>280</b>	<b>360</b>		<b>250</b>	<b>270</b>		<b>260</b>	<b>300</b>		<b>255</b>	<b>300</b>