

Согласовано
Начальник ТО Управления Роспотребнадзора
по РБ в Хоринском районе
Б.Б. Жамбалов

Утверждаю
Заведующий МАДОУ «Хоринский»
детский сад «Золотой ключик»
Цыбикова О.Б.

Перспективное меню МАДОУ «Хоринский детский сад «Золотой ключик»
с режимом работы 10,5 часов

Наименование блюда	Выход, г	
1-й день (понедельник)		
завтрак	Сад (3-7 л.)	Ясли (1,5-3 г.)
Каша манная молочная со сливочным маслом	200/5	150/5
Хлеб пшеничный со сливочным маслом	25/5	20/5
Чай	200	180
Завтрак №2		
Отвар из плодов шиповника	200	180
обед		
Овощная нарезка	60	60
Суп гороховый на мясо - костном бульоне	200	150
Гречневая крупа отварная	100	80
Котлета мясная	55	50
Компот из сухофруктов	200	180
Хлеб пшеничный	25	20
полдник		
Каша кукурузная молочная со сливочным маслом	200	150
Хлеб пшеничный	25/5	20/5
Печенье	25	12
Чай	200	180
2-й день (вторник)		
завтрак	Сад (3-7 л.)	Ясли (1,5-3 г.)
Каша рисовая молочная со сливочным маслом	200	150
Хлеб пшеничный с сыром	25/5	20/5
Чай с молоком	200	180
завтрак №2		
Яблоко	100	95
обед		
Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	200	150
Капуста тушеная	100	80
Гуляш из говядины	55	50
Какао с молоком	200	180
Хлеб пшеничный	25	20
полдник		
Булочка сдобная с творогом	80	80
Чай сладкий С-Витаминизированный	200	180

3-й день (среда)		
завтрак	Сад (3-7 л.)	Ясли (1,5-3 г.)
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	200	150
Батон с маслом сливочным	25/5	20/5
Чай	200	180
Конфета шоколадная, мармелад	30/25	15/12
завтрак №2		
Сок фруктовый	200	180
обед		
Салат «Витаминный» (свежая капуста, морковь)	60	60
Рассольник на мясо -костном бульоне	200	150
Тефтели из мяса говядины с подливом	100	80
Кисель С-Витаминизированный	200	180
Хлеб пшеничный	25	20
полдник		
Каша овсяная молочная со сливочным маслом	200	150
Хлеб пшеничный	25	20
Чай сладкий	200	180
4-й день (четверг)		
завтрак	Сад (3-7 л.)	Ясли (1,5-3 г.)
Суп молочный	200	150
Хлеб пшеничный с сыром	25/5	20/5
Чай	200	180
завтрак №2		
Груши	100	95
обед		
Суп рыбный с манкой	200	150
Овощное рагу с говядиной	180	150
Кофейный напиток из цикория с молоком	200	180
Хлеб пшеничный	25	20
полдник		
Пирожки печёные из дрожжевого теста с овощами	70	70
Чай сладкий С-Витаминизированный	200	180
5-й день (пятница)		
завтрак	Сад (3-7 л.)	Ясли (1,5-3 г.)
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	200	150
Хлеб пшеничный	25	20
Чай	200	180
завтрак №2		
Напиток лимонный	200	180
обед		
Овощная нарезка	60	60
Борщ на мясо –костном бульоне из свежих овощей	200	150
Макаронные изделия отварные	150	120
Биточки из мяса говядины паровые	55	50
Компот из кураги С- витаминизированный	200	180
Хлеб пшеничный	25	20
полдник		
Яйцо куриное отварное	40	40
Хлеб пшеничный со сливочным маслом	25/5	20/5
Чай	200	180
вафли	40	
печенье		40

6-й день (понедельник)

завтрак	Сад (3-7 л.)	Ясли (1,5-3 г.)
Каша овсяная молочная со сливочным маслом	200	150
Хлеб пшеничный со сливочным маслом	25/5	20/5
Чай	200	180
вафли	40	
печенье		40
завтрак №2		
Сок фруктовый	200	180
обед		
Салат из соленой селедки с луком	15	15
Суп на мясо -костном бульоне с гречками	200	150
Голубцы ленивые с мясом (говядина)	100	80
Кофейный напиток из цикория с молоком	200	180
Хлеб пшеничный	25	20
полдник		
Каша гречневая молочная со сливочным маслом	200	150
Хлеб пшеничный	25	20
Чай сладкий С-Витаминизированный	200	180

7-й день (вторник)

завтрак	Сад (3-7 л.)	Ясли (1,5-3 г.)
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	200	150
Хлеб пшеничный со сливочным маслом	25/5	20/5
Чай с молоком	200	180
завтрак №2		
Яблоко	100	95
обед		
Суп фасолевый на мясо -костном бульоне	200	150
Макаронные изделия отварные	150	120
Гуляш из говядины	55	50
Кисель С-Витаминизированный	200	180
Хлеб пшеничный	25	20
полдник		
Пирожки печёные из дрожжевого теста с овощами	70	70
Чай сладкий	200	180

8-й день (среда)

завтрак	Сад (3-7 л.)	Ясли (1,5-3 г.)
Каша манная молочная со сливочным маслом	200/5	150/5
Батон с маслом сливочным	25/5	20/5
Чай	200	180
завтрак №2		
Напиток лимонный	200	180
обед		
Овощная нарезка	60	60
Щи из свежих овощей на мясо- костном бульоне	200	150
Плов рисовый с куриным мясом	180	150
Какао с молоком	200	180
Хлеб пшеничный	25	20
полдник		
Каша кукурузная молочная со сливочным маслом	200/5	150/5
Чай с молоком	200	180
Мармелад	25	12

9 - й день (четверг)

завтрак	Сад (3-7 л.)	Ясли (1,5-3 г.)
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	200/5	150/5
Хлеб пшеничный с сыром	25/5	20/5
Чай с молоком	200	180
завтрак №2		
Груша	100	95
обед		
Суп с макаронными изделиями на мясо- костном бульоне	200	150
Картофельное пюре	100	80
Котлета рыбная	55	50
Компот из кураги и изюма С-Витаминизированный	200	180
Хлеб пшеничный	25	20
полдник		
Бисквит	70	70
Чай	200	180

10 – й день (пятница)

завтрак	Сад (3-7 л.)	Ясли (1,5-3 г.)
Каша рисовая молочная со сливочным маслом	200	150
Хлеб пшеничный со сливочным маслом	25/5	20/5
Чай	200	180
завтрак №2		
Отвар из плодов шиповника	200	180
обед		
Салат из консервированной кукурузы и горошка	60	60
Свекольник на мясо -костном бульоне	200	150
Позы	180	150
Хлеб пшеничный	25	20
Чай с молоком	200	180
полдник		
Омлет натуральный запеченный с колбасой, сосиской	80	80
Чай	200	180
Хлеб пшеничный	25	20
вафли	40	
печенье		40

В течение дня вода кипяченая