

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 37»
г. Находка
Новикова А. Ю.



**ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ
ОТ 3-Х ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ
ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ**

УТВЕРЖАЮ




МЕНЮ

Сад 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" 200	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ 200	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ 200/10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ 200/10	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ 50	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15	ЧАЙ С САХАРОМ 180
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	ЧАЙ С САХАРОМ 180	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	ЧАЙ С САХАРОМ 180	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 14	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200
						БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40			
II Завтрак									
КОМПОТ ИЗ КОНС. ФРУКТОВ 140	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 140	КОМПОТ ИЗ КОНСЕРВ. ФРУКТОВ 140	БИОЙОГУРТ, ОБОГАЩЕННЫЙ БИФИДОБАКТЕРИЯМИ, МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 8,5-9,8% 140	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 140	КЕФИР С САХАРОМ 140	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 140	КЕФИР 140	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 140	БИОЙОГУРТ ОБОГАЩЕННЫЙ 140
Обед									
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 230/10/5	ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ 60	ОВОЩИ ТУШ. (фасоль) 60	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 250/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 200/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ 230	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 200/10/5	ОВОЩИ ТУШЕН. (смесь) 60	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ 200	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ С ДОБАВЛЕНИЕМ МОРСКОЙ КАПУСТЫ И
КНЕЛИ ИЗ КУР пф ЗАПЕЧЕННЫЕ 70	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ 200/10	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С СМЕТАНОЙ 230/10/5	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ отв. 170	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР пф, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ 70	ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ пф 70	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ 230/10	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА 120	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ пф 80
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 150	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ пф 70	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 50	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ пф 250	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 70/30	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 150
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	МЯСО ТУШЕНОЕ 70/50	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	СОУС СМЕТАННЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	СОК АБРИКОСОВЫЙ 180	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ пф 70/35	КИСЕЛЬ БРУСНИЧНЫЙ 180	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 50	ПОМИД. СОЛЕНЫЙ 60
ОВОЩИ ТУШ. (брокколи) 50	СОК ПЕРСИКОВЫЙ 180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ 50	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С" 180	СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ 70		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50		СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50
Упл. полдник									
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ пф 70	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ 130/20	БИТОЧЕК ИЗ РЫБЫ 70	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 180	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ 140/30	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 180	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150/5	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ 200	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 180	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ 150/20
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ 150	РЯЖЕНКА 180	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ 180/20	СОСИСКА ОТВАРНАЯ 44	КОМПОТ ИЗ КОНС. ПЛОДОВ 140	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ) 25	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 125	КОМПОТ ИЗ КОНС. ФРУКТОВ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	КОМПОТ ИЗ КОНС. ФРУКТОВ 180

