

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Детского сада № 12 «Сказка»
_____ О.А.Толстошина

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 2 ДО 3 ЛЕТ

День 1		День 2		День 3		День 4		День 5		
<u>Наименование блюд</u>		<u>Наименование блюд</u>		<u>Наименование блюд</u>		<u>Наименование блюд</u>		<u>Наименование блюд</u>		
<u>Яйцо отварное икра кабачковая</u>	<u>40\40</u>	<u>Запеканка из творожная со сметаной</u>	<u>90\15</u>	<u>Каша молочная манная</u>	<u>150</u>	<u>Каша молочная геркулесовая</u>	<u>150</u>	<u>Суп молочный вермишелевый</u>	<u>150</u>	
<u>Чай с сахаром</u>	<u>175\10</u>	<u>Кофейный напиток с молоком</u>	<u>175\10</u>	<u>Какао с молоком</u>	<u>175\10</u>	<u>Кофейный напиток</u>	<u>175\10</u>	<u>Какао с молоком</u>	<u>175\10</u>	
<u>Батон «Йодированный» с маслом крестьянским</u>	<u>20\5\10</u>	<u>Батон «Йодированный» с маслом крестьянским</u>	<u>20\5</u>	<u>Батон «Йодированный» с маслом крестьянским</u>	<u>20\5</u>	<u>Батон «Йодированный» с маслом крестьянским</u>	<u>20\5</u>	<u>Батон «Йодированный» с маслом крестьянским</u>	<u>20\5</u>	
<u>Сок фруктовый</u>	<u>100</u>	<u>Напиток шиповника</u>	<u>100</u>	<u>фрукты</u>	<u>100</u>	<u>Напиток шиповника</u>	<u>100</u>	<u>фрукты</u>	<u>100</u>	
<u>ИТОГО</u>	<u>400</u>	<u>ИТОГО</u>	<u>415</u>	<u>ИТОГО</u>	<u>460</u>	<u>ИТОГО</u>	<u>460</u>	<u>ИТОГО</u>	<u>460</u>	
ОБЕД	<u>Суп картофельный с клецками</u>	<u>150\18</u>	<u>Суп картофельный с рисом</u>	<u>150</u>	<u>Домашняя лапша</u>	<u>150</u>	<u>Щи из свежей капусты со сметай</u>	<u>150\5</u>	<u>Борщ с картофелем со сметаной\</u>	<u>150\5</u>
	<u>Котлета рубленая из бройлеров пылят</u>	<u>75</u>	<u>Бефстроганов из отварной говядины в смет соусе</u>	<u>60\50</u>	<u>Курица отварная</u>	<u>70</u>	<u>Запеканка картофельная с мясом</u>	<u>165</u>	<u>Биточки из говядины</u>	<u>60</u>
	<u>Гречка с маслом</u>	<u>110</u>	<u>Гарнир пшеничный с маслом</u>	<u>110</u>	<u>Свекольная икра</u>	<u>110</u>			<u>Перловка с маслом</u>	<u>110</u>
	<u>Квашеный помидор</u>	<u>40</u>	<u>Квашеный помидор</u>	<u>40</u>	<u>квашеные помидор</u>	<u>40</u>			<u>квашеные й огурец</u>	<u>40</u>
	<u>Кисель из джема</u>	<u>150\5</u>	<u>Компот из сухофруктов</u>	<u>150\8</u>	<u>Компот из сухофруктов</u>	<u>150\8</u>	<u>Кисель из джема</u>	<u>150\6</u>	<u>Компот из сухофруктов</u>	<u>150\8</u>
	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>40</u>	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>40</u>	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>40</u>	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>40</u>	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>40</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>20</u>	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>20</u>	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>20</u>	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>20</u>	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>20</u>
	<u>ИТОГО:</u>	<u>608</u>	<u>ИТОГО:</u>	<u>628</u>	<u>ИТОГО:</u>	<u>588</u>	<u>ИТОГО:</u>	<u>576</u>	<u>ИТОГО:</u>	<u>583</u>
ПОЛДН	<u>Шницель рыбный натуральный</u>	<u>70</u>	<u>Макароны отварные с сыром российским</u>	<u>110</u>	<u>Омлет натуральный</u>	<u>80</u>	<u>Вареники ленивые со сметаной</u>	<u>90\15</u>	<u>Котлета рыбная</u>	<u>70</u>
	<u>Картофель отварной масло</u>	<u>110</u>	<u>Чай с сахаром</u>	<u>180\10</u>			<u>Чай с сахаром</u>	<u>180\10</u>	<u>Овощное рагу</u>	<u>110</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>8</u>			<u>Чай с сахаром</u>	<u>180\10</u>			<u>Чай с сахаром</u>	<u>180\10</u>
УЖИН	<u>Напиток шиповника</u>	<u>180\10</u>	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>20</u>	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>20</u>	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>20</u>	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>8</u>
	<u>ИТОГО</u>	<u>378</u>	<u>ИТОГО</u>	<u>320</u>	<u>ИТОГО</u>	<u>290</u>	<u>ИТОГО</u>	<u>315</u>	<u>ИТОГО</u>	<u>378</u>
	<u>Кефир 2,5% кондитерские</u>	<u>100\20</u>	<u>Кефир 2,5%</u>	<u>100</u>	<u>Кефир 2,5%</u>	<u>100</u>	<u>Кефир 2,5%</u>	<u>100</u>	<u>Кефир 2,5%</u>	<u>100</u>
		<u>Кондитерские изделия</u>	<u>40</u>	<u>Пирожок картофель с печеню</u>	<u>80</u>	<u>кондитерские</u>	<u>40</u>	<u>Кондитерские изделия</u>	<u>40</u>	
<u>ИТОГО:</u>	<u>120</u>	<u>ИТОГО:</u>	<u>140</u>	<u>ИТОГО:</u>	<u>180</u>	<u>ИТОГО</u>	<u>140</u>	<u>ИТОГО:</u>	<u>140</u>	
<u>ВСЕГО: 1506</u>		<u>ВСЕГО: 1503</u>		<u>ВСЕГО: 1518</u>		<u>ВСЕГО: 1491</u>		<u>ВСЕГО: 1561</u>		

	<u>День 6</u>		<u>День 7</u>		<u>День 8</u>		<u>День 9</u>		<u>День 10</u>	
	<u>Наименование блюд</u>		<u>Наименование блюд</u>		<u>Наименование блюд</u>		<u>Наименование блюд</u>		<u>Наименование блюд</u>	
	<u>Яйцо отварное</u>	<u>40</u>	<u>Запеканка из творога со сметаной</u>	<u>90\15</u>	<u>Каша молочная пшеничная вязкая</u>	<u>150</u>	<u>Каша молочная пшеничная вязкая</u>	<u>150</u>	<u>Каша молочная гречневая</u>	<u>150</u>
	<u>Икра кабачковая</u>	<u>40</u>								
	<u>Чай с сахаром</u>	<u>175\10</u>	<u>Какао с молоком</u>	<u>175\10</u>	<u>Кофейный напиток</u>	<u>175\10</u>	<u>Какао с молоком</u>	<u>175\10</u>	<u>Кофейный напиток</u>	<u>175\10</u>
	<u>Батон «Йодированный» с маслом крестьянским/с сыром российским</u>	<u>20\5\10</u>	<u>Батон «Йодированный» с маслом крестьянским</u>	<u>20\5</u>	<u>Батон «Йодированный» с маслом крестьянским</u>	<u>20\5</u>	<u>Батон «Йодированный» с маслом крестьянским</u>	<u>20\5</u>	<u>Батон «Йодированный» с маслом крестьянским</u>	<u>20\5</u>
10	<u>сок</u>	<u>100</u>	<u>Напиток шиповника</u>	<u>100</u>	<u>фрукты</u>	<u>100</u>	<u>Напиток шиповника</u>	<u>100</u>	<u>фрукты</u>	<u>100</u>
	ИТОГО:	400	ИТОГО:	415	ИТОГО:	460	ИТОГО:	460	ИТОГО:	460
ОБЕД	<u>Борщ со сметаной</u>	<u>150\5</u>	<u>Суп картофельный с вермишелью</u>	<u>150</u>	<u>Рассольник питербургский</u>	<u>150</u>	<u>Суп картофельный с бобовыми</u>	<u>150</u>	<u>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной</u>	<u>150\5</u>
	<u>Фрикадельки из говядины в том соусе</u>	<u>70\50</u>	<u>Котлета рубленая из бройлеров цыплят</u>	<u>75</u>	<u>Биточки из мяса говядины</u>	<u>70</u>	<u>Курица отварная</u>	<u>70</u>	<u>Рыбные фрикадельки в т/с</u>	<u>70\40</u>
	<u>Гречка с маслом</u>	<u>110</u>	<u>Капуста тушеная</u>	<u>110</u>	<u>Гороховое пюре</u>	<u>110</u>	<u>Рис отварной с овощами</u>	<u>110</u>	<u>Макароны отварные</u>	<u>110</u>
	<u>квашеные огурец</u>	<u>40</u>	<u>квашеные огурец</u>	<u>40</u>	<u>квашеные огурец</u>	<u>40</u>	<u>квашеный огурец</u>	<u>40</u>	<u>Овощи свежие или квашеные по сезону</u>	<u>40</u>
	<u>Кисель из джема</u>	<u>150\5</u>	<u>Компот из сухофруктов</u>	<u>150\8</u>	<u>Компот из сухофруктов</u>	<u>150\8</u>	<u>Компот из сухофруктов</u>	<u>150\8</u>	<u>Компот из сухофруктов</u>	<u>150\8</u>
	<u>Хлеб ржаной хлеб ржаной</u>	<u>40\20</u>	<u>Хлеб пшеничный хлеб ржаной</u>	<u>40\20</u>	<u>Хлеб ржаной хлеб пшеничный</u>	<u>40\20</u>	<u>Хлеб ржаной хлеб пшеничный</u>	<u>40\20</u>	<u>Хлеб ржаной хлеб пшеничный</u>	<u>40\20</u>
	ИТОГО:	640	ИТОГО:	593	ИТОГО:	588	ИТОГО:	588	ИТОГО:	633
УЖИН ПОЛДНИК	<u>Шницель рыбный натуральный</u>	<u>70</u>	<u>Каша молочная рисовая</u>	<u>150</u>	<u>Омлет натуральный</u>	<u>80</u>	<u>Сырники со сметаной</u>	<u>90\15</u>	<u>Жаркое по домашнему</u>	<u>60\10</u>
	<u>Картофельное пюре</u>	<u>110</u>	<u>Чай с сахаром</u>	<u>180\10</u>			<u>Чай с сахаром</u>	<u>180\10</u>		
	<u>Напиток шиповника</u>	<u>180\8</u>			<u>Чай с сахаром</u>	<u>180\10</u>	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>20</u>		
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>10</u>	<u>хлеб пшеничный</u>	<u>20</u>	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>10</u>			<u>Чай с сахаром хлеб пшеничный</u>	<u>180\10\20</u>
	ИТОГО	376	ИТОГО	320	ИТОГО	280	ИТОГО	315	ИТОГО	380
	<u>Кефир 2,5%</u>	<u>100</u>	<u>Кефир 2,5%</u>	<u>100</u>	<u>Кефир 2,5%</u>	<u>100</u>	<u>Кефир 2,5%</u>	<u>100</u>	<u>Кефир 2,5%</u>	<u>100</u>
<u>кондитерские</u>	<u>20</u>	<u>Кондитерские из,</u>	<u>40</u>	<u>Пирожок с картофелем и</u>	<u>80</u>	<u>кондитерские</u>	<u>40</u>	<u>кондитерские</u>	<u>40</u>	

				<u>печенью</u>							
ИТОГО:	120	ИТОГО:	140	ИТОГО:	180	ИТОГО:	140	ИТОГО:	140	ИТОГО:	140
ВСЕГО: 1538		ВСЕГО: 1503		ВСЕГО: 1508		ВСЕГО: 1503		ВСЕГО: 1,613			