

Утверждено: Заведующий  
 МАДОУ «Детский сад «Ручеёк»  
 \_\_\_\_\_ Н.А. Сеницына

**ПЛАН-МЕНЮ**  
 для МАДОУ «Детский сад «Ручеёк»  
 с 10,5 пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

**1-неделя**

	<b>понедельник</b>		<b>вторник</b>		<b>среда</b>		<b>четверг</b>		<b>пятница</b>	
Завтрак										
1	Каша гречневая молочная жидкая с маслом	200 4	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом	200 4	Каша манная молочная с маслом	200 4	Каша рисовая молочная с маслом	200 4	Каша пшеничная молочная с маслом	200 4
2	Кофейный напиток со сгущенным молоком	180 20	Какао с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200	Какао с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200
3	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40
4	Масло сливочное	6	Сыр	8	Масло сливочное	6	Сыр	8	Масло сливочное	6
2 Завтрак										
	Фрукты	100	Сок фруктовый	120	Йогурт	120	Фрукты	100	Сок фруктовый	120
Обед										
1	Овощи свежие или консервированные	50	Икра свекольная	50	Овощи свежие или консервированные	50	Овощи свежие или консервированные	50	Овощи свежие или консервированные	50
2	Суп рисовый с гречками	200\20	Суп крестьянский с пшеном	250	Суп картофельный с зеленым горошком	230 20	Лапша по - домашнему со сметаной	240 10	Борщ из свежей капусты со сметаной	240 10
3	Жаркое по-домашнему	150\50	Котлета «Здоровье»	70	Курица отварная	70	Суфле куриное	70	Рыба тушеная с овощами	50 20
4	Компот из сухофруктов	150	Картофельное пюре	120	Рагу овощное	120	Капуста тушеная	120	Рис отварной	120
5	Хлеб ржаной	37,5	Компот из яблок	150	Компот из сухофруктов	150	Компот из яблок	150	Компот из сухофруктов	150
6			Хлеб ржаной	37,5	Хлеб ржаной	37,5	Хлеб ржаной	37,5	Хлеб ржаной	37,5
Полдник										
1	Оладьи с повидлом	100\20	Пудинг творожно-морковный с молочным соусом	100 20	Рулет рыбный в сметанном соусе	100 20	Сырники со сметанным соусом	100 20	Булочка творожная	55 15
2	Печенье	30	Фрукты	80	Чай с сахаром	200	Пряник	30	Яблоко	80
3	Какао с молоком	200	Йогурт	150	Хлеб пшеничный	30	Кисель «Витошка»	200	Кисель из концентрата	200

**ПЛАН-МЕНЮ**  
**для МАДОУ «Детский сад «Ручеек»**  
**с 10,5 пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7 лет)**

**2-неделя**

	<b>понедельник</b>		<b>вторник</b>		<b>среда</b>		<b>четверг</b>		<b>пятница</b>	
Завтрак										
1	Вермишель молочная жидкая с маслом	200 4	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом	200 4	Каша манная молочная с маслом	200 4	Каша рисовая молочная с маслом	200 4	Каша пшенная молочная с маслом	200 4
2	Кофейный напиток со сгущенным молоком	180 20	Какао с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200	Какао с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200
3	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40
4	Масло сливочное	6	Сыр	8	Масло сливочное	6	Сыр	8	Масло сливочное	6
2 Завтрак										
	Фрукты	100	Сок фруктовый	120	Йогурт	120	Фрукты	100	Сок фруктовый	120
Обед										
1	Овощи свежие или консервированные	50	Икра кабачковая	50	Овощи свежие или консервированные	50	Овощи свежие или консервированные	50	Овощи свежие или консервированные	50
2	Суп гороховый	250	Суп картофельный с вермишелью	250	Суп картофельный с клецками	250	Щи из свежей капусты со сметаной	240 10	Борщ из свежей капусты со сметаной	240 10
3	Картофель в сметанном соусе	120\10	Голубцы ленивые в сметанном соусе	150 20	Суфле куриное	70	Котлета из свинины паровые	70	Тефтели с красным соусом	50 20
4	Биточки паровые	70	Компот из яблок	150	Капуста тушеная	120	Картофельное пюре	120	Макароны отварные	120
5	Компот из сухофруктов	150	Хлеб ржаной	37,5	Кисель из концентрата	150	Компот из яблок	150	Компот из сухофруктов	150
6	Хлеб ржаной	37,5			Хлеб ржаной	37,5	Хлеб ржаной	37,5	Хлеб ржаной	37,5
Полдник										
1	Оладьи с повидлом	100\20	Запеканка творожная с молочным соусом	100 20	Икра свекольная Зразы рыбные	500 70	Сырники со сметанным соусом	100 20	Булочка «Домашняя»	70
2	Печенье	30	Фрукты	80	Чай с сахаром	200	Пряник	30	Яблоко	80
3	Какао с молоком	200	Йогурт	150	Хлеб пшеничный	30	Кисель «Витошка»	200	Кисель из концентрата	200