УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
МАДОУ «Радуга»

_____ С.Г. Сумкина

« » 2024г.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(период весна-лето)

Продолжительность рабочего дня – 12 часов
Возраст детей с 3 до 7 лет

1 НЕДЕЛЯ

Понедельник	выход	Вторник	выход	Среда	выход	Четверг	выход	Пятница	выход
Завтрак									
Каша молочная манная	200	Каша молочная рисовая	200	Каша молочная гречневая	200	Каша молочная овсяная	200	Каша молочная ячневая	200
Какао	180	Кофейный напиток	180	Чай с молоком	180	Какао	180	Кофейный напиток	180
Батон пшеничный	40	Батон пшеничный	40	Батон пшеничный	40	Батон пшеничный	30	Батон пшеничный	30
масло сливочное	5	Масло сливочное	5	масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5
Сыр порционный	10			сыр порционный	10			сыр порционный	10
Обед									
Суп Кудрявый	250	Уха Рыбацкая	250	Борщ с картофелем и мясом	250	Суп картофельный с клецками	250	Суп картофельный с гренками	250
Оладьи по-кунцевски	80	Овощи тушеные с мясом	80	Биточки мясные	80	Котлета куриная	80	Рыба тушеная с овощами	80
Гречка рассыпчатая	150	Салат из соленых огурцов с луком	40	Пюре картофельное	150	Овощи тушеные	150	Макароны отварные	150
Салат из моркови с зеленым горошком и картофелем	60	Напиток «Яблочный»	180	Капуста тушеная	60	Салат с капустой, помидорами и огурцами	45	Салат из свежих помидоров и огурцов	40
Компот с сухофруктами	180	Хлеб ржаной	40	Компот из свежих плодов	180	Напиток клюквенный	180	Сок	180
Хлеб ржаной	40			Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40
Полдник									
Булочка молочная	70	Печенье	30	Пирожок с повидлом	70	Пряники	30	Пирожок с картофелем	70
Молоко	180	Чай с сахаром	180	Чай с молоком	180	Кефир	180	Чай с сахаром	180
Ужин									
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	Запеканка из творога	150	Винегрет	70	Пудинг рисовый, пшенный	150	Запеканка капустная с мясом	150
				Яйцо отварное	60				
Чай с сахаром	180	Напиток из шиповника	180	Чай с сахаром	180	Чай с молоком	180	Напиток из шиповника	180
Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40

2неделя

Понедельник	выход	Вторник	выход	Среда	выход	Четверг	выход	Пятница	выход
Завтрак									
Каша молочная манная	200	Каша молочная «Дружба»	200	Суп молочный с макаронными изделиями	200	Каша молочная пшеничная	200	Каша молочная пшенная	200
Кофейный напиток	180	Какао	180	Чай с молоком	180	Какао	180	Кофейный напиток	180
Батон пшеничный	40	Батон пшеничный	40	Батон пшеничный	40	Батон пшеничный	40	Батон пшеничный	40
Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	масло сливочное	5
сыр порционный	10			сыр порционный	10			сыр порционный	10
Обед									
Щи с капустой	250	Суп картофельный с бобовыми	250	Свекольник	250	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	Рассольник	250
Рулет с яйцом и луком	80	Биточки рыбные	80	Гуляш мясной	100	Плов с куры	200	Тефтели мясные	80
Каша перловая рассыпчатая	150	Пюре картофельное	150	Гречка рассыпчатая	150	Салат из свеклы с растительным маслом	60	Капуста тушеная	150
Салат «Школьный»	60	Салат из соленых огурцов с луком	40	Салат с капустой, помидорами и огурцами	60	Напиток из свежих плодов	180	Компот с сухофруктами	180
Напиток из свежих плодов	180	Компот из сухофруктов	180	Напиток клюквенный	180	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40
Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40				
Полдник									
Вафли	30	Булочка с сыром	70	Печенье	50	Пряники	30	Дучмаки с творогом	70
Чай с молоком	180	Молоко	180	Чай с сахаром	180	Кефир	180	Молоко	180
Ужин									
Макароны с сыром	150	Вареники ленивые	250	Омлет натуральный	120	Биточки манные с повидлом	70	Картофель и овощи тушеные в соусе	150
Чай с сахаром	180	Кисель Ягодный	180	Напиток из шиповника	180	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180
Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40