Подписан: Шарапова Наталья Юрьевна
DN: ИНН=010504594261, СНИЛС=06052868558,
E=mbdou-10@yandex.ru, C=RU, S=Республика Адыгея (Адыгея),
L=город Майкоп, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ""
ДЕТСКИЙ САД № 10 ""ЗВОНОЧЕК""", G=Наталья Юрьевна,
SN=Шарапова, CN=Шарапова Наталья Юрьевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2021.02.14 14:27:15+03'00'

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Детский сад № 10 «Звоночек»
_____ Н.Ю. Шарапова
Приказ от 04.02.2021 № 136

Примерное меню (1 неделя)

I день	Выход блюд		II день	Выход блюд		III день	Выход блюд		IV день	Выход блюд		V день	Выход блюд	
Завтрак	ясли	сад	Завтрак	ясли	сад	Завтрак	ясли	сад	Завтрак	ясли	сад	Завтрак	ясли	сад
Суп молочный с вермишелью	180	200	Каша манная молочная жидкая	180	200	Омлет	90	130	Каша пшеничная молочная жидкая	180	200	Каша гречневая молочная жидкая	180	200
Чай с сахаром	160	200	Чай с молоком	160	200	Горошек зеленый консервированный	50		Какао с молоком	160	200	Кофейный напиток с молоком	160	200
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Хлеб пшеничный с маслом	30/5	40/6	Икра кабачковая консервированная		140	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6
Отварное яйцо	1 шт.	1 шг.												
			Сыр в порционной нарезке	10	15	Сыр в порционной нарезке	10	15						
						Хлеб пшеничный с маслом	30/5	40/6						
						Кофейный напиток на молоке 2-й вар	160	200						
2-й завтрак			2-й завтрак			2-й завтрак			2-й завтрак			2-й завтрак		
Сок фруктовый	160	160	Фрукты свежие	123	130	Сок фруктовый	160	160	Фрукты свежие	123	130	Сок фруктовый	180	180
Обед			Обед			Обед			Обед			Обед		
Борщ со свежей капустой	180	200	Свекольник	180	200	Суп картофельный с бобовыми	180	200	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	200	Борщ со свежей капустой	180	200
Плов из отварной птицы	130	160	Жаркое по-домашнему	160	180	Пудинг из говядины	60	70	Тефтели говяжьи	55	65	Котлеты, биточки из говядины	70	75
Хлеб пшеничный	20	30	Горошек зеленый консервированный	50	95	Икра из отварной свеклы	80	90	Капуста тушеная	150	180	Пюре картофельное	140	160
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	50	Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб пшеничный	20	30	Горошек зеленый консервированный	50	95
Компот из сухофруктов	160	200	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	50	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	50	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	50	Хлеб пшеничный	20	20
			Компот из сухофруктов	160	200	Компот из сухофруктов	160	200	Кисель из концентрата	160	200	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный	40	50
												Компот из свежих яблок	160	200
Полдник			Полдник			Полдник			Полдник			Полдник		
Рагу из овощей	160	200	Сырники из творога	90	110	Запеканка из творога	90	120	Рыба запеченная в томате с овощами	110	120	Рыбные тефтели	70	85
Хлеб пшеничный	20	29	Соус сметанный	40	50	Соус молочный	40	50	Картофель отварной	110	125	с томатным соусом	30	40
Пирожок с повидлом	65	70	Йогурт	150	200	Кефир	150	200	Хлеб пшеничный	20	20	Макаронные изделия отварные	90	140
Какао с молоком	160	200	Кондитерские изделия (пряники)	25	50	Фрукты свежие	123	130	Чай с сахаром	160	200	Икра из отварной свеклы	80	90
Фрукты свежие	123	130				Булочка	60	70	Кондитерские изделия (печенье)	25	40	Хлеб пшеничный	18	19
												Чай с сахаром	160	200

Утверждаю
Заведующая МБДОУ «Детский сад № 10 «Звоночек»
_____ Н.Ю. Шарапова
Приказ от 04.02.2021 № 136

Примерное меню (2 неделя)

I день	Выход блюд		II день	Выход блюд		III день	Выход блюд		IV день	Выход блюд		V день	Выход блюд	
Завтрак	ясли	сад	Завтрак	ясли	сад	Завтрак	ясли	сад	Завтрак	ясли	сад	Завтрак	ясли	сад
Каша манная молочная жидкая	180	200	Каша пшенная молочная жидкая	180	200	Омлет	90	130	Каша овсяная «Геркулес» молочная жидкая	180	200	Каша пшеничная молочная жидкая	180	200
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Хлеб пшеничный с маслом	30/5	40/6	Горошек зеленый консервированный	50		Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6
			сыр в порционной нарезке	10	15	Икра кабачковая консервированная		140	Кофейный напиток с молоком	160	200	Какао с молоком	160	200
Кофейный напиток с молоком	160	200	Чай с молоком	160	200	Сыр в порционной нарезке	10	15						
Отварное яйцо	1 шт.	1 шт.				Какао на молоке 2-й вар.	160	200						
						Хлеб пшеничный с маслом	30/5	40/6						
2-й завтрак			2-й завтрак			2-й завтрак			2-й завтрак			2-й завтрак		
Сок фруктовый	160	160	Фрукты свежие	123	130	Сок фруктовый	180	180	Фрукты свежие	123	130	Сок фруктовый	160	160
Обед			Обед			Обед			Обед			Обед		
Суп (Полевой)	180	200	Свекольник	180	200	Борщ со свежей капустой	180	200	Суп картофельный с бобовыми	180	200	Суп (Полевой)	180	200
Котлета из птицы	60	70	Котлеты из говядины	60	65	Плов из отварной говядины	140	190	Гуляш из говядины	90	100	Голубцы ленивые	70	90
Гречневая каша	60	100	Капуста тушеная	150	180	Хлеб пшеничный	20	30	Макаронные изделия отварные	90	140	Пюре картофельное	140	160
Зеленый горошек консервированный	50	95	Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	50	Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	50	Компот из сухофруктов	160	200	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	50	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	50	Компот из сухофруктов	160	200				Кисель из концентрата	160	200	Компот из свежих яблок	160	200
Компот из сухофруктов	160	200												
Полдник			Полдник			Полдник			Полдник			Полдник		
Картофель отварной	110	125	Пудинг из творога с рисом	90	120	Запеканка из творога	90	120	Рыба запеченная в томате с овощами	110	120	Рыбные котлеты	70	80
Икра из отварной моркови	75	80	Соус сметанный	40	50	Соус молочный	40	50	Картофель отварной	110	125	Икра из отварной свеклы	80	90
Хлеб пшеничный	20	20	Йогурт	145	194	Кефир	145	194	Хлеб пшеничный	20	20	Хлеб пшеничный	18	19
Чай с сахаром	160	200	Кондитерские изделия (пряники)	25	50	Фрукты свежие	123	130	Чай с сахаром	160	200	Чай с сахаром	160	200
Булочка	60	70				Булочка	60	70	Кондитерские изделия (печенье)	25	40			
Фрукты свежие	123	130												