





г. Невинномысска  
И.Н.Алексеевко

**Перечень блюд к 10-дневному меню на осенне-зимний период 2022-2023г. (ЯСЛИ) Меню №30**

<b>6 день</b>	<b>7 день</b>	<b>8 день</b>	<b>9 день</b>	<b>10 день</b>
Наименование блюда/выход	Наименование блюда/выход	Наименование блюда/выход	Наименование блюда/выход	Наименование блюда/выход

**Завтрак**

Основное блюдо	150	Каша молочная "Геркулес"	150	Каша молочная манная	150	Суп молочный пшеничный	150	Каша молочная рисовая	150
Хлеб	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20
Масло	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5
Напиток	180	Какао	180	Какао	180	Какао	180	Какао	180
Суммарный объем	355		355		355		355		355

**Второй завтрак**

Напиток	100	Сок яблочный	100	Сок яблочный	100	Сок яблочный	100	Сок яблочный	100
---------	-----	--------------	-----	--------------	-----	--------------	-----	--------------	-----

**Обед**

1 блюдо	150	Щи из квашеной капусты с картофелем	150	Борщ "Украинский"	150	Суп картофельный	150	Борщ с капустой и картофелем	150
		Сметана	5	Сметана	5	Сметана	5	Сметана	5
2 блюдо	60	Щицель рыбный	60	Птица тушеная с овощами	180	Котлета из говядины	60	Тефтели из говядины	60
Гарнир	100	Картофельное пюре	100	Картофельное пюре	100	Картофельное пюре	100	Свекла тушеная	120
Соус	20	Соус красный основной	20	Соус красный основной	20	Соус красный основной	20	Соус красный основной	20
Овощи	40	Огурец соленый	40	Огурец соленый	40	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40
Хлеб	40	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20
Напиток	150	Компот из сухофруктов	150	Компот из сухофруктов	150	Компот из сухофруктов	150	Компот из сухофруктов	150
Суммарный объем	540		540		565		545		545

**Уплотненный полдник**

Основное блюдо	60	Запеканка из творога с морковью	170	Фрикадельки рыбные	80	Макароны отварные	100	Омлет натуральный	110
Гарнир	150	Свекла тушеная	150	Рагу из овощей	130	Икра кабачковая	80	Капуста тушеная	120
Соусы	20	Соус молочный сладкий	30	Соус томатный	20	Яйцо отварное	20		
Овощи	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20
Хлеб	150	Чай	180	Чай	150	Чай	180	Чай	150
Напиток	400		400		400		400		400
Суммарный объем									

**Ужин**

Напиток	150	Кефир	180	Молоко кипяченое	150	Кефир	150	Молоко кипяченое	180
Хлеб, печенье, булочки	30	Печенье	28	Хлеб пшеничный	30	Ватрушка с повидлом	50	Печенье	28
Повидло	20	Повидло	208	Повидло	200		200		208
Суммарный объем									
Итого за день	1595		1628		1600		1595		1608



Перечень блюд к 10-дневному меню на осенне-зимний период 2022-2023г.(САД) МБДОУ №50

Наименование приема пищи	1 день		2 день		3 день		4 день		5 день		
	Наименование блюд/выход		Наименование блюд/выход		Наименование блюд/выход		Наименование блюд/выход		Наименование блюд/выход		
<b>Завтрак</b>											
Основное блюдо	Суп молочный с макаронами	200	Каша молочная "Геркулес"	200	Каша молочная рисовая	200	Каша молочная пшеничная	200	Суп молочный пшеничный	200	
Хлеб	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	
Масло	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	
Напиток	Кофейный (без молока)	180	Какао	180	Кофейный	180	Кофейный (без молока)	180	Какао	180	
Суммарный объем		415		415		415		415		415	
<b>Второй завтрак</b>											
Напиток	Сок яблочный	100	Сок яблочный	100	Сок яблочный	100	Сок яблочный	100	Сок яблочный	100	
<b>Обед</b>											
1 блюдо	Суп с картофельный с пшеном	200	Борщ "Сибирский"	200	Суп овощной	200	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	Рассольник "Ленинградский"	200	
			Сметана	8		8			Сметана	8	
2 блюдо	Щицель рыбный	80	Биточки рубленные из птицы	80	Запеканка картофельная с мясом	200	Тефтели из говядины	80	Птица тушеная в соусе	100	
Гарнир	Картофельное пюре	120	Свекла тушеная	120	Рагу из овощей	110	Макароны отварные	110	Макароны отварные	100	
Соус	Соус красный основной	20	Яйцо отварное	20	Соус сметанный	20	Соус сметанный с томатом	30	Соус красный основной	20	
Овощи	Помидор соленый	20			Помидор соленый	20	Огурец соленый	20	Помидор соленый	20	
Хлеб	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	
Напиток	Компот из сухофруктов	180	Компот из сухофруктов	180	Компот из сухофруктов	180	Компот из сухофруктов	180	Компот из сухофруктов	180	
Суммарный объем		670		678		678		670		678	
<b>Уплотненный полдник</b>											
Основное блюдо	Плов из птицы	250	Пудинг из творога	250	Рыба припущенная	90	Омлет натуральный	110	Щицель рыбный	80	
Гарнир					Соус томатный	20	Свекла тушеная	150	Пюре из бобовых	120	
Соусы			Соус молочный сладкий	30	Соус томатный	20		Соус томатный	20	Соус томатный	20
Овощи	Огурец соленый	20			Капуста тушеная	150		Яйцо отварное	40	Яйцо отварное	40
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	
Напиток	Чай	180	Чай	180	Чай	180	Чай	180	Чай	180	
Суммарный объем		470		460		460		460		460	
<b>Ужин</b>											
Напиток	Молоко кипяченое	200	Кефир	200	Молоко кипяченое	200	Кефир	200	Молоко кипяченое	200	
Хлеб,печенье,булочки	Хлеб пшеничный	30	Печенье	30	Хлеб пшеничный	30	Вагрушка с повидлом	50	Печенье	42	
Повидло	Повидло	20			Повидло	20					
Суммарный объем		250		242		250		250		242	
Итого за день		1905		1895		1895		1895		1895	

