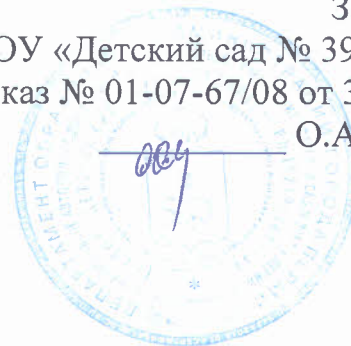


Утверждаю:
Заведующий
МАДОУ «Детский сад № 395» г.Перми
Приказ № 01-07-67/08 от 31.08.2018г.
О.А.Дербенева



Примерное двадцатидневное меню
МАДОУ «Детский сад № 395» г.Перми
для детей от 3 до 7 лет (с дневным пребыванием 12 час.)
для детей от 2 до 3 лет (с кратковременным пребыванием 4 час.)

Пермь, 2018г.

Утверждаю:
 заведующий
 МАДОУ «Детский сад № 395» г. Перми
 О.А.Дербенева

Примерное двадцатидневное меню МАДОУ «Детского сада № 395» г. Перми
 для детей от 1,5 до 3 лет (лето-осень)
 с 4-х часовым режимом функционирования

Дни	1 день	Выход в гр.	2 день	Выход в гр.	3 день	Выход в гр.	4 день	Выход в гр.	5 день	Выход в гр.
Завтрак	Каша манная Кофейный напиток с молоком Бутерброд с повидлом	150 150 30/5	Каша пшеничная Кофейный напиток на сг. молоке Бутерброд с маслом	150 150 30/5	Каша ячневая Чай с молоком Хлеб со сг. молоком	150 150 30/10	Каша геркулесовая Кукуруза консервированная порц Какао Бутерброд с маслом	150 25 150 30/5	Суп молочной с рисом Кофейный напиток с молоком Бутерброд с сыром	150 150 30/8
2-ой завтрак	Груша	160	Сок	150	Мандарин	100	Сок Вафля	150 20	Мандарин	100

Дни	6 день	Выход в гр.	7 день	Выход в гр.	8 день	Выход в гр.	9 день	Выход в гр.	10 день	Выход в гр.
Завтрак	Макаронные изд. отварные с кабачковой икрой Бутерброд с сыром Кофейный напиток с молоком	150 30/8 150	Каша пшеничная Кукуруза консервированная порц Кофейный напиток со сгущенным молоком Батон с маслом	150 25 150 30/5	Каша кукурузная Чай с молоком Бутерброд с сыром	150 150 30/8	Каша Дружба Какао Бутерброд с повидлом	150 150 30/5	Суп молочный вермишелевый Кофейный напиток с молоком Бутерброд с сыром с маслом	150 150 30/8/5
2-ой завтрак	Сок Печенье	150 20	Яблоко	130	Сок Пряник	150 40	Груша	160	Апельсин	200

Дни	11 день	Выход в гр.	12 день	Выход в гр.	13 день	Выход в гр.	14 день	Выход в гр.	15 день	Выход в гр.		
Завтрак	Плов бухарский	150	Макароны отварные с овощами и кабачковой икрой Батон со сг. молоком Какао	100	Каша ячневая Кофейный напиток со сг. молоком Бутерброд с маслом	150	Суп молочный гречневый Кофейный напиток с молоком Бутерброд с сыром	150	Лапшевник с творогом Кисель из кураги Хлеб с маслом	150		
	Бутерброд с сыром	30/8		35		150		150		150	30/8	150
	Кофейный напиток с молоком	150		30/5		150		30/5		30/8	30/8	30/5
2-ой завтрак	Сок Печенье	150 20	Яблоко	120	Сок	150	Банан	200	Груша	100		

Дни	16 день	Выход в гр.	17 день	Выход в гр.	18 день	Выход в гр.	19 день	Выход в гр.	20 день	Выход в гр.	
Завтрак	Каша ячневая	150	Каша геркулесовая Кофейный напиток со сг. молоком Бутерброд с повидлом	150	Каша пшеничная Бутерброд с маслом Чай с молоком	150	Каша кукурузная Кофейный напиток с молоком Бутерброд со сг. молоком	150	Суп молочный вермишелевый Какао Бутерброд с сыром	150	
	Кофейный напиток с молоком	150		150		150		150		150	150
	Бутерброд с сыром	30/8		30/5		30/5		30/5		30/5	30/8
2-ой завтрак	Груша	165	Йогурт	180	Яблоко	130	Сок	150	Мандарин	100	

Утверждаю:
заведующий
МАДОУ «Детский сад № 395» г. Перми
О.А.Дербенева

Примерное двадцатидневное меню МАДОУ «Детского сада № 395» г. Перми
для детей от 3 до 7 лет (лето-осень)

Дни	1 день	Выход в гр.	2 день	Выход в гр.	3 день	Выход в гр.	4 день	Выход в гр.	5 день	Выход в гр.
Завтрак	Каша манная	200	Каша пшеничная	200	Каша ячневая	200	Каша геркулесовая	200	Суп молочной с рисом	200
	Кофейный напиток с молоком	200	Кофейный напиток на сг. молоке	200	Чай с молоком	200	Кукуруза консервированная	40	Кофейный напиток с молоком	200
	Бутерброд с повидлом	40/15	Бутерброд с маслом	40/5	Хлеб со сг. молоком	40/15	порц Какао	200	Бутерброд с сыром	40/10
							Бутерброд с повидлом	40/15		
2-ой завтрак	Груша	160	Сок	200	Мандарин	100	Сок	200	Мандарин	100
Обед	Салат из свеклы с сыром	60	Салат из свежей капусты	60	Овощи св. порц.	60	Салат из св. огурцов и помидор	60	Салат витаминный	60
	Суп крестьянский	200	Суп с крупой	200	Суп вермишелевый	200	Свекольник	200	Суп с клецками	200
	Фрикадельки мясные	70	Рыба запеченная в омлете	200	Суфле куриное	70	Печень по- строгановски	70	Котлета куриная	70
	Вермишель отварная	150	Картофельное пюре	200	Капуста тушеная	200	Картофельное пюре	150	Картофельное пюре с морковью	150
	Напиток витаминный	200	Компот из яблок	200	Напиток из шиповника	200	Компот из апельсин и яблок	200	Компот из с/фруктов	200
	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50
Полдник	Вафли	20	Шаньга наливная	80	Гренки с сыром	40/10	Пирожок с зеленым луком и яйцом	80	Пряник	40
	Кефир	180	Снежочек	180	Ряженка	180	Молоко	200	Йогурт	180
					Конфета шоколадная	25				
Ужин	Яйцо вареное 1/2	20	Морковная котлета с киселем	150/40	Пудинг из творога паровой	200	Овощной пудинг с молочным соусом	200/40	Салат овощной с зеленым горошком	150
	Овощное рагу	200	Чай с молоком	200	Кисель из кураги	200	Чай с сахаром	200	Хлебцы рыбные паровые	70
	Чай с сахаром	200	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Чай с лимоном	200
	Хлеб пшеничный	40							Хлеб пшеничный	40

Дни	6 день	Выход в гр.	7 день	Выход в гр.	8 день	Выход в гр.	9 день	Выход в гр.	10 день	Выход в гр.
Завтрак	Макаронные изд. с кабачковой икрой Бутерброд с сыром Кофейный напиток с молоком	150 45 40/10 200	Каша пшеничная Кукуруза консервированная порц Кофейный напиток со сгущенным молоком Батон с маслом	200 40 200 40/5	Каша кукурузная Чай с молоком Бутерброд с сыром	200 200 40/10	Каша Дружба Какао Бутерброд с повидлом	200 200 40/10	Суп молочный вермишелевый Кофейный напиток с молоком Бутерброд с сыром с маслом	200 200 40/10/5
2-ой завтрак	Сок	200	Яблоко	130	Сок	200	Груша	160	Апельсин	200
Обед	Салат из свеклы с чесноком Суп овощной Голубцы ленивые с соусом сметанно-томатным Кисель из клюквы Хлеб ржаной	60 200 200/40 200 50	Салат из св.огурцов с зеленым луком Борщ Рулет с яйцом Рис припущенный Напиток из шиповника Хлеб ржаной	60 200 85 150 200 50	Салат из св. капусты с огурцом Суп - лапша домашняя Шницель куриный Картофельное пюре с морковью Кисель из яблоки груш Хлеб ржаной	60 200 70 150 200 50	Салат из моркови Щи из свежей капусты Тефтели мясные Картофельное пюре Напиток витаминный Хлеб ржаной	60 200 70 150 200 50	Овощи св. порционно Рассольник Ленинградский Кнели из кур Капуста тушеная с морковью Сок Хлеб ржаной	60 200 70 150 200 50
Полдник	Печенье Кефир	20 180	Шаньга картофельная Ряженка	80 180	Вафли Конфета шоколадная Снежочек	20 25 180	Булочка нежная Йогурт	80 180	Пряник Молоко	40 200
Ужин	Котлета картофельная с молочным соусом Овощи соленые порц Чай с лимоном Хлеб пшеничный	150/40 60 200 40	Сосиска отварная Капуста тушеная Чай с сахаром Хлеб пшеничный	70 150 200 40	Сырники из творога с повидлом Напиток из клюквы Хлеб пшеничный	200/25 200 40	Яйцо вареное 1/2 Винегрет с кв. капустой Чай с лимоном Хлеб пшеничный	20 200 200 40	Суфле рыбное Свекла тушеная в молочном соусе Чай с сахаром Хлеб пшеничный	80 150 200 40

Дни	11 день	Выход в гр.	12 день	Выход в гр.	13 день	Выход в гр.	14 день	Выход в гр.	15 день	Выход в гр.		
Завтрак	Плов бухарский	200	Макароны отварные с овощами и кабачковой икрой Батон со сг. молоком Какао	150	Каша ячневая Кофейный напиток со сг. молоком Яйцо вареное 1/2 Бутерброд с маслом	200 200	Суп молочный гречневый Кофейный напиток с молоком Бутерброд с сыром	200	Лапшевник с творогом Кисель из кураги Хлеб с со сг. молоком	200		
	Бутерброд с сыром	40/10		45		1/2		200		40/10	40/5	
2-ой завтрак	Сок	200	Яблоко	120	Сок	200	Банан	200	Груша	100		
Обед	Салат из св. капусты с морковью	60	Свекольник со сметаной Капуста тушеная с мясом Компот из сух/фр Хлеб ржаной	200	Салат витаминный Рассольник Домашний Печень тушеная в томатно-сметанном соусе Картофель отварной Компот из апельсин Хлеб ржаной	60 200 70	Салат из свеклы с чесноком Суп крестьянский Омлет с мясом Сок Хлеб ржаной	60	Салат из св. капусты с огурцами и помидорами Суп с клецками Картофельная запеканка с мясом Соус молочный Напиток витаминный Хлеб ржаной	60		
	Суп – пюре из разных овощей	200		200		200		200		200	200	
	Бефстроганов из отв. мяса	110		200		150		200		50	50	200
	Каша гречневая рассыпчатая	150		50		200		200		50	50	40
	Кисель из клюквы	200		50		50		50		50	50	200
Полдник	Вафли	20	Булочка дорожная Снежочек	80	Гренки с сыром Ряженка	40/10 180	Коржик молочный Йогурт	80	Пряник Молоко Конфета шоколадная	40		
	Кефир	180		180		180		180		180	180	
Ужин	Овощи св. порц	60	Овощи св. порц Котлета рыбная любительская Картофельное пюре Чай с лимоном Хлеб пшеничный	60	Суфле творожное с киселем Чай с сахаром Хлеб пшеничный	200/40	Овощи тушеные в молочном соусе Сосиска отварная Чай с молоком Хлеб пшеничный	200/40	Рыба (горбуша) запеченная в яйце Салат овощной с соленым огурцом Чай с сахаром Хлеб пшеничный	85		
	Картофельные зразы с овощами	200		70		200		70		200	150	
	Соус молочный	40		150		40		40		40	200	
	Чай с сахаром	40		200		200		200		200	200	
	Хлеб пшеничный	200		40		40		40		40	40	

Дни	16 день	Выход в гр.	17 день	Выход в гр.	18 день	Выход в гр.	19 день	Выход в гр.	20 день	Выход в гр.
Завтрак	Каша ячневая Кофейный напиток с молоком Бутерброд с сыром	200 200 40/10	Каша геркулесовая Кофейный напиток со сг. молоком Бутерброд с повидлом	200 200 40/15	Каша пшеничная Бутерброд с маслом Чай с молоком	200 40/5 200	Каша кукурузная Кофейный напиток с молоком Бутерброд со сг. молоком	200 200 40/15	Суп молочный вермишелевый Какао Бутерброд с сыром	200 200 40/10
2-ой завтрак	Груша	165	Йогурт	180	Яблоко	130	Сок	200	Мандарин	100
Обед	Салат из св. огурцов и зеленым луком Щи Плов с мясом Кисель из клюквы Хлеб ржаной	60 200 200 200 50	Салат из свеклы с сыром с чесноком Суп гороховый Рыба отварная с соусом по-польски Картофельное пюре Напиток витаминный Хлеб ржаной	60 200 70/40 150 200 50	Салат картофельный с кукурузой и морковью Суп-лапша домашняя Суфле из кур Свекла тушеная в молочном соусе Компот из кураги Хлеб ржаной	70 200 70 150 200 50	Борщ с картофелем и фасолью Котлета из говядины Капуста тушеная с морковью Компот из яблок и апельсин Хлеб ржаной	200 70 150 200 50	Салат из помидор с зеленым луком Суп овощной Пудинг из говядины Картофельное пюре с морковью Сок Хлеб ржаной	60 200 70 150 200 50
Полдник	Вафли Кефир	20 180	Пирожок с капустой Молоко	80 200	Печенье Снежок	20 180	Булочка Домашняя Ряженка	80 180	Пряник Йогурт Конфета шоколадная	40 180 25
Ужин	Кукуруза консерв. порц. Суфле картофельно- морковное Чай с сахаром Хлеб с повидлом	60 200 200 40/10	Овощная запеканка с молочным соусом Чай с лимоном Хлеб пшеничный	150/40 200 40	Творожная запеканка с киселем Напиток из клюквы Хлеб пшеничный	200/40 200 40	Овощи св. порционно Рыба тушеная с овощами Картофельное пюре Чай с сахаром Хлеб пшеничный	60 70 200 200 40	Сельдь с луком Винегрет с сол. огурцом Чай с лимоном Хлеб пшеничный	70 150 200 40