

Утверждаю:
Заведующая
_____ М.И.Чумбаева

**Ежедневное меню основного питания
Муниципальной бюджетной дошкольной образовательной организации
«Нововерхиссенский детский сад «Ручеёк»**

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 8-10 часов

(1 д. понедельник) (1 неделя)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал.)
завтрак	Яйцо вареное	150	240
	Бутерброд с повидлом	50	121
	Чай с лимоном	200	56
Итого за завтрак		400	417
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	47
Итого за второй завтрак		100	47
обед	Салат из белокочанной капусты	60	8,4
	Суп картофельный с макаронными изделиями на м/б со сметаной	180	86,4
	Жаркое по-домашнему	130	336,7
	Компот из с/фруктов с витамином С	180	172,8
	Хлеб	50	177,6
Итого за обед		600	781,9
полдник	Печенье	70	225,9
	Какао на молоке	180	328,8
Итого за полдник		250	554,7
Итого за день		1350	1800,06

Утверждаю:
Заведующая
_____ М.И.Чумбаева

**Ежедневное меню основного питания
Муниципальной бюджетной дошкольной образовательной организации
«Нововерхиссенский детский сад «Ручеёк»**

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 8-10 часов

(2 д. вторник) (1 неделя)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал.)
завтрак	Каша жидкая манная	170	166,6
	Бутерброд с сыром	50	126,4
	Кофейный напиток с молоком	180	543,5
Итого за завтрак		400	836,5
Второй завтрак	Сок натуральный	100	38
Итого за второй завтрак		100	38
обед	Салат из свеклы	60	128,4
	Суп рыбный со сметаной	180	82,8
	Голубцы ленивые	130	200,4
	Компот из свежих плодов с витамином С	180	153
	Хлеб	50	177,6
Итого за обед		600	742,2
полдник	Сырники	70	128,1
	Напиток лимонный	180	55,8
Итого за полдник		250	183,9
Итого за день		1350	1800,6

Утверждаю:
Заведующая
_____ М.И.Чумбаева

**Ежедневное меню основного питания
Муниципальной бюджетной дошкольной образовательной организации
«Нововерхиссенский детский сад «Ручеёк»**

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 8-10 часов

(3 д. среда) (1 неделя)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал.)
завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	170	98,6
	Бутерброд с маслом	50	146,3
	Чай с молоком	180	77,4
Итого за завтрак		400	322,3
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	89
Итого за второй завтрак		100	89
обед	Салат из моркови	50	73
	Щи из свежей капусты на м/б со сметаной	180	52,7
	Курица отварная	70	82,2
	Рис отварной	130	139,2
	Кисель с витамином С	180	145,5
	Хлеб	50	177,6
Итого за обед		660	670,2
полдник	Блинчики	70	400,3
	Какао на молоке	180	328,8
Итого за полдник		250	729,1
Итого за день		1410	1810,6

Утверждаю:
Заведующая
_____ М.И.Чумбаева

Ежедневное меню основного питания
Муниципальной бюджетной дошкольной образовательной организации
«Нововерхиссенский детский сад «Ручеёк»

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 8-10 часов

(4 д. четверг) (1 неделя)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал.)
завтрак	Каша вязкая овсяная	170	173,4
	Бутерброд с сыром	50	126,4
	Какао на молоке	180	328,8
Итого за завтрак		400	628,6
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	47
Итого за второй завтрак		100	47
обед	Салат из соленых огурцов с луком	50	73
	Суп с бобовыми на м/б со сметаной	170	112,2
	Котлета рыбная паровая	70	98,4
	Пюре картофельное	130	96
	Компот из с/фруктов с витамином С	180	90
	Хлеб	50	177,6
Итого за обед		650	647,2
полдник	Булочка	70	401,6
	Сок натуральный	180	75,6
Итого за полдник		250	477,2
Итого за день		1400	1800,00

Утверждаю:
Заведующая
_____ М.И.Чумбаева

Ежедневное меню основного питания
Муниципальной бюджетной дошкольной образовательной организации
«Нововерхиссенский детский сад «Ручеёк»

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 8-10 часов

(5 д. пятница) (1 неделя)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал.)
завтрак	Суп гречневый молочный	170	91,8
	Бутерброд с маслом	50	146,3
	Чай с молоком	180	77,4
Итого за завтрак		400	315,5
Второй завтрак	Сок натуральный	100	36
Итого за второй завтрак		100	36
обед	Винегрет овощной	50	37,5
	Суп картофельный с крупой на м/б со сметаной	170	91,8
	Гуляш	60	88,8
	Каша рассыпчатая	130	162,0
	Компот из свежих плодов с витамином С	180	144
	Хлеб	50	177,6
Итого за обед		640	701,7
полдник	Макаронник с печенью	70	449,6
	Напиток кисломолочный	180	297,2
Итого за полдник		250	746,8
Итого за день		1390	1800,00

Утверждаю:
Заведующая
_____ М.И.Чумбаева

Ежедневное меню основного питания
Муниципальной бюджетной дошкольной образовательной организации
«Нововерхиссенский детский сад «Ручеёк»

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 8-10 часов

(6 д. понедельник) (2 неделя)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал.)
завтрак	Омлет натуральный	150	276
	Бутерброд с повидлом	50	121
	Чай с лимоном	200	56
Итого за завтрак		400	453
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	89
Итого за второй завтрак		100	89
обед	Салат из белокочанной капусты	60	8,4
	Рассольник ленинградский со сметаной	180	75,6
	Плов	130	388,6
	Компот из с/фруктов с витамином С	180	108
	Хлеб	50	177,6
Итого за обед		600	758,2
полдник	Пряник	70	171,1
	Какао на молоке	180	328,8
Итого за полдник		250	499,9
Итого за день		1350	1800,10

Утверждаю:
Заведующая
_____ М.И.Чумбаева

Ежедневное меню основного питания
Муниципальной бюджетной дошкольной образовательной организации
«Нововерхиссенский детский сад «Ручеёк»

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 8-10 часов

(7 д. вторник) (2 неделя)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал.)
завтрак	Каша вязкая пшеничная	170	153
	Бутерброд с сыром	50	126,4
	Кофейный напиток с молоком	180	543,5
Итого за завтрак		400	822,9
Второй завтрак	Сок натуральный	100	36
Итого за второй завтрак		100	36
обед	Икра овощная	60	87,6
	Суп рыбный со сметаной	180	82,8
	Мясо, тушеное с овощами	130	281,4
	Компот из свежих плодов с витамином С	180	127,8
	Хлеб	50	177,6
Итого за обед		600	757,2
полдник	Сырники	70	128,1
	Напиток лимонный	180	55,8
Итого за полдник		250	183,9
Итого за день		1350	1800,00

Утверждаю:
Заведующая
_____ М.И.Чумбаева

Ежедневное меню основного питания
Муниципальной бюджетной дошкольной образовательной организации
«Нововерхиссенский детский сад «Ручеёк»

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 8-10 часов

(8 д. среда) (2 неделя)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал.)
завтрак	Суп геркулесовый молочный	170	173,4
	Бутерброд с маслом	50	146,3
	Чай с молоком	180	77,4
Итого за завтрак		400	397,1
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	89
Итого за второй завтрак		100	89
обед	Салат из зеленого горошка	50	73
	Борщ вегетарианский на м/б со сметаной	170	107,1
	Тефтели мясные	70	148,4
	Пюре картофельное	130	104
	Кисель с витамином С	180	140,4
	Хлеб	50	177,6
Итого за обед		650	750,5
полдник	Блинчики	70	232,4
	Какао на молоке	180	328,8
Итого за полдник		250	561,2
Итого за день		1400	1797,80

Утверждаю:
Заведующая
_____ М.И. Чумбаева

**Ежедневное меню основного питания
Муниципальной бюджетной дошкольной образовательной организации
«Нововерхиссенский детский сад «Ручеёк»**

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 8-10 часов

(9 д. четверг) (2 неделя)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал.)
завтрак	Каша из смеси круп	170	164,9
	Бутерброд с сыром	50	126,4
	Какао на молоке	180	328,8
Итого за завтрак		400	620,1
Второй завтрак	Плоды свежие	100	89
Итого за второй завтрак		100	89
обед	Салат картофельный с соленым огурцом	50	73
	Суп с фрикадельками со сметаной	170	157,8
	Рыба отварная	70	191,2
	Капуста тушеная	130	169,7
	Компот из с/фруктов с витамином С	180	108
	Хлеб	50	177,6
Итого за обед		650	877,3
полдник	Запеканка творожная	70	117,6
	Сок натуральный	180	75,6
Итого за полдник		250	193,2
Итого за день		1400	1779,6

Утверждаю:
Заведующая
_____ М.И.Чумбаева

Ежедневное меню основного питания
Муниципальной бюджетной дошкольной образовательной организации
«Нововерхиссенский детский сад «Ручеёк»

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 8-10 часов

(10 д. пятница) (2 неделя)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал.)
завтрак	Суп рисовый молочный	170	164,9
	Бутерброд с маслом	50	146,3
	Чай с молоком	180	77,4
Итого за завтрак		400	388,6
Второй завтрак	Сок натуральный	100	47
Итого за второй завтрак		100	47
обед	Салат из репчатого лука	50	118,88
	Сельдь слабосоленая	10	
	Суп картофельный на м/б со сметаной	170	66,3
	Котлета куриная	70	333,2
	Каша рассыпчатая	130	101,4
	Компот из свежих плодов с витамином С	180	140,4
	Хлеб	50	177,6
Итого за обед		660	937,78
полдник	Ватрушка	70	416
	Молоко	180	10,62
Итого за полдник		250	426,62
Итого за день		1410	1800,00