

Утверждено
ИП Филкова Елена Анатольевна



-----Е.А. Филкова

Согласовано
Заведующая МБДОУ
детский сад № 1 «Зорька» г. Моздока



-----А.Л. Бдтаева

Основное десятидневное меню

**в муниципальном бюджетном образовательном учреждении детский сад
комбинированного вида № 1 «Зорька»
города Моздока РСО - Алания
(весеннее - летний период)**

первая неделя

Прием пищи, раздел	понедельник (день 1)	вторник (день 2)	среда (день 3)	четверг (день 4)	пятница (день 5)
завтрак	Каша молочная Дружба (рис и пшено) 180/200	Каша молочная ячневая 180/200	Каша молочная рисовая 180/200	Суп гречневый молочный 180/200	Каша пшеничная молочная 180/200
	Какао на молоке 150/180	Чай с лимоном 180/200	Чай 180/200	Кофейный напиток 180/200	Чай с лимоном 180/200
	Бутерброд с маслом 20/40	Бутерброд с маслом и сыром 30/45	Бутерброд с маслом и повидлом 30/45	Бутерброд с маслом 20/40	Бутерброд с маслом 20/40
Объем	350/420	390/445	390/445	380/440	380/440
2 завтрак	Фрукты 95/100	Фрукты 95/100	Сок 200/200	Фрукты 95/100	Фрукты 95/100
обед	Овощи свежие 30/35	Овощи свежие 30/35	Салат витаминный с маслом растительным и кукурузой 100/110	Салат (помидор, огурец, болгарский перец) 40/60	
	Борщ со сметаной 180/200	Зеленый борщ со сметаной 180/200	Суп крестьянский 180/200	Суп фасолевым 180/200	Суп Харчо 180/200
	Тушенные грудки с томатной подливой 65/75 /Соус с курицей 160/180	Котлета 60/70	Зразы с яйцом 60/70	Голубцы ленивые 150/180	Капуста тушенная с мясом/мясо куриное 170/180
	Пюре картофельное (через неделю) 110/130	Пераовая крупа /Фасоль отварная 100/110		Соус томатный 20/30	
	Компот 150/180	Компот 150/180	Компот 150/180	Компот 150/180	Компот 150/180
	Хлеб пшеничный 40/50	Хлеб пшеничный 40/50	Хлеб пшеничный 40/50	Хлеб пшеничный 40/50	Хлеб пшеничный 40/50
Объем	735/850	570/670	530/610	590/690 580/700	540/610
полдник	Запеканка творожно - маковая/ Запеканка творожно - вермишелевая 150/180	Котлета рыбная 60/70	Творожная будочка/Ватрушка 150/180	Макароны отварные с маслом 110/130	Салат (с капустой, помидором, огурцом, зеленым луком) 110/120
	Соус сметанный сладкий 30/40	Салат Изюминка (свекла, изюм) 70/100		Кабачковая икра 40/60	Яйцо отварное 40/40
	Чай 180/200	Кисель 180/200	Кефир с сахаром 180/200	Чай 180/200	Какао на молоке 180/200
	Конд.изделия 20/30	Хлеб пшеничный 20/30		Хлеб пшеничный 20/30	Хлеб пшеничный 20/30 Конд.изделия 20/30
Объем	380/ 420	330/410	330/380	340/420	370/420
Всего объем	1560/1790	1385/1615	1450/1635		1385/1570

2-я неделя

Прием пищи, раздел	понедельник (день 1)	вторник (день 2)	среда (день 3)	четверг (день 4)	пятница (день 5)
завтрак	Каша молочная манная 180/200	Каша вязкая молочная Геркулес (из овсяных хлопьев) 180/200	Суп молочный вермишелевый 180/200	Каша пшеничная молочная 180/200	Макароны с тертым сыром 160/180
	Чай 180/200	Чай с лимоном 180/200	Чай 180/200	Кофейный напиток 180/200	Какао на молоке 180/200
	Бутерброд с маслом 20/40	Бутерброд с маслом и сыром 30/45	Бутерброд с маслом и повидлом 30/45	Бутерброд с маслом 20/40	Бутерброд с маслом 20/40
Объем		390/445	390/445	380/440	360/420
2 завтрак	Фрукты) 95/100	Фрукты 95/100	Сок 200/200	Фрукты 95/100	Фрукты 95/100
обед	Салат Лето (помидор свежий и огурец свежий) 40/60	Салат из свеклы тушенной 40/60	Огурец свежий 40/60	Салат с зеленым горошком и луком 40/60	Салат Весенний (капуста и морковь) 110/120
	Суп с клецками 180/200	Суп бобовыми(гороховый) 180/200	Рассольник (с перловкой) 180/200	Ворщ зеленый/Свекольник со сметаной 180/200	Суп сборный со сметанной 180/200
	Плов (куриное мясо) 160/200	Котлета 60/70	Шницель 60/80	Биточки мясные 60/70 Соус томатный 20/30	Тефтели «Ежики» мясные 60/70
		Пшеничная каша с маслом 100/110	Пюре картофельное 110/130	Крупа рассыпчатая гречневая 110/120	Соус томатный 20/30
	Компот 150/180	Компот 150/180	Компот 150/180	Компот 150/180	Компот 150/180
	Хлеб пшеничный 40/50	Хлеб пшеничный 40/50	Хлеб пшеничный 40/50	Хлеб пшеничный 40/50	Хлеб пшеничный 40/50
Объем	570/	680/800	580/700	600/710	560/650
полдник	Омлет 100/100	Вареники ленивые/сырники 140/160	Рагу овощное (кабачки) 160/180	Пирожки с картошкой/капустой 160/180	Суп молочный рисовый 180/200
	Икра кабачковая 40/60		Яйцо отварное 40/40		
	Кофейный напиток на молоке 180/200	Молоко кипяченое 180/200	Кисель 180/200	Какао с молоком 180/200	Чай 180/200
	Кондитерские изделия 20/30				Кондитерские изделия 20/30
	Хлеб 20/30		Хлеб 20/30	Хлеб 20/30	Хлеб 20/30
Объем	360/420	320/360	400/450	360/410	400/460
Всего объем	1405/1650	1485/1705	1570/1795	1435/1660	1415/1630

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 504074246255880625918708617174458765454418972462

Владелец Бдтаева Алла Ленинбековна

Действителен с 23.05.2023 по 22.05.2024