

Утверждено

приказом заведующего МБДОУ «Детский сад
№1 «Семцветик» № 39 от 05.04.2021г.

Г.С.Ивлиева

ПЛАН-МЕНЮ

Утверждено и согласовано управлением
Роспотребнадзора по Тамбовской области

для МБДОУ с 8-10,5 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

1-я неделя / 5. пятница

1-я неделя / 4. четверг

1-я неделя / 3. среда

1-я неделя / 2. вторник

1-я неделя / 1. понедельник

завтрак

	160	150	200	200	200
1	Вермишель молочная	Каша молочная "Дружба"	Каша гречневая с молоком	Каша овсяная "Геркулесовая"	Каша молочная рисовая (жидкая)
2	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7	Кофейный напиток
3	Сыр	200	Кофейный напиток	180	Хлеб пшеничный
4	Какао с молоком	180	Хлеб пшеничный	40	Сыр
5	Хлеб пшеничный	40	Сыр	7	Яйцо

2ой завтрак

	180	120	180	120	120
1	Сок фруктовый	Фрукты	Сок фруктовый	Фрукты	Напиток витаминизированный

обед

	60	60	60	60	60
1	Овощи свежие или консервированные	Икра кабачковая	Овощи свежие или консервированные	Овощи свежие или консервированные	Овощи свежие или консервированные
2	Щи из свежей капусты со сметаной и мясными фрикадельками	200/6/30	Суп из овощей со сметаной и зеленью	Рассольник "Ленинградский" с мясными фрикадельками и сметаной	Борщ со сметаной
3	Печень по-строгановски	60/60	Птица отварная	Жаркое по-домашнему	Тефтели из говядины с красным соусом
4	Каша гречневая вязкая	120	Картофельное пюре	Компот из сухофруктов	Картофель отварной
5	Компот из сухофруктов	180	Кисель плодово-ягодный	Хлеб ржаной	Кисель из сока
6	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной

полдник

	70/10	100	120	100	100
1	Вареники ленивые с молочным соусом	Пудинг манный	Омлет натуральный	Лапшевник из творога	Пудинг творожно-яблочный с молочным соусом
2	Печенье	35	Булочка домашняя	Молочная продукция	Чай с сахаром
3	Чай с сахаром	130	Молочная продукция	Молочная продукция	Зефир

Утверждено

приказом заведующего МБДОУ «Детский сад №1 «Семашки»» № 39 от 05.04.2021г.



ПЛАН-МЕНЮ

для МБДОУ с 8 -10,5 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (3-7лет)

Утверждено и согласовано управлением
роспотребнадзора по Тамбовской области

2-я неделя / 1. понедельник

2-я неделя / 2. вторник

2-я неделя / 3. среда

2-я неделя / 4. четверг

2-я неделя / 5. пятница

завтрак

	160	Каша овсяная "Геркулесовая" жидкая	200	Каша молочная манная с маслом	200/4	Каша молочная пшеница (Жидкая)	180	Плов фруктовый	120
1	Вермишель молотая								
2	Масло сливочное	7	Сыр		7	Масло сливочное	7	Масло сливочное	7
3	Сыр	7	Какао с молоком		150	Какао с молоком	150	Сыр	7
4	Какао с молоком	180	Хлеб пшеничный		40	Хлеб пшеничный	40	Кофейный напиток с молоком	180
5	Хлеб пшеничный	40	Масло сливочное		7	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный	40

2ой завтрак

	180	Фрукты	120	Сок фруктовый	180	Фрукты	120	Сок фруктовый	18
1	Сок фруктовый								

обед

1	Овощи свежие или консервированные	60	Суп гороховый с гренками	200/8	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60	Овощи свежие или консервированные	60
2	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	Голубцы ленивые	216/7/5	Щи из свежей капусты с мясными фрикадельками и сметаной	200/30/8	Суп картофельный с клецками	200	Суп картофельный с рыбными фрикадельками и сметаной	200/15/6
3	Рыба отварная под маринадом	60/60	Компот из кураги	180	Котлета из птицы	80	Азу из говядины	50/50	Шницель паровой	70
4	Картофельное пюре	130	Хлеб ржаной	37	Картофельное пюре	130	Каша гречневая	130	Макароны отварные	130
5	Компот из чернослива	180			Компот из свежих яблок	180	Кисель плодовоягодный	180	Компот из сухофруктов	180
6	Хлеб ржаной	37			Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37	Хлеб ржаной	37

полдник

1	Запеканка из творога с соусом молочным (сладким)	100	Оладьи с повидлом	100/15	Сырники с соусом сметанным сладким	100/20	Омлет натуральный	130	Пудинг творожно -яблочный с молочным соусом	120/20
2	Молочная продукция	140	Молоко	180	Молочная продукция	150	Молочная продукция	180	Чай с лимоном	180/6
3	Булочка домашняя	50					Хлеб пшеничный	40		