



Утверждаю:
Заведующий  Е.А. Прошлякова
МБДОУ "Детский сад № 10"

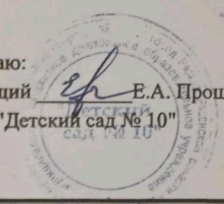
Десятидневное меню-раскладка МБДОУ «Детский сад № 10»

1-я неделя


понедельник		вторник		среда		четверг		пятница					
Завтрак:		Завтрак:		Завтрак:		Завтрак:		Завтрак:					
выход блюда		выход блюда		выход блюда		выход блюда		выход блюда					
Макароны отварные с маслом, сахаром, сыром	180	1	Каша молочная пшеничная	200	1	Каша молочная манная	200	1	Каша молочная геркулес	200	1	Каша молочная «Дружба»	200
Отварное яйцо	1	2	Кофейный напиток со сгущ./м	200	2	Кофейный напиток с/м	200	2	Какао на молоке	200	2	Какао на молоке	200
Кофейный напиток б/м	200	3	Масло сливочное	7	3	Масло сливочное	7	3	Масло сливочное	7	3	Масло сливочное	7
Масло сливочное	7	4	Пшеничный хлеб	25	4	Сыр	6,4	4	Пшеничный хлеб	25	4	Сыр	6,4
Пшеничный хлеб	25				5	Пшеничный хлеб	25				5	Пшеничный хлеб	25
Второй завтрак		Второй завтрак		Второй завтрак		Второй завтрак		Второй завтрак					
Сок / сушки	200/30	1	Фрукты	100		Напиток из шиповника	200		Фрукты	100	1	Снежок (йогурт) / вафли	200/35
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед					
Кабачковая икра	60	1	Салат из цвет.капусты с яйцом	60	1	Помидор/огурец	60	1	Суп вермишелевый с мясом кур со сметаной	200	1	Свежий овощ	60
Щи с мясом кур со сметаной	200	2	Свекольник с мясом кур со сметаной	200	2	Суп овощной с мясом кур со сметаной	200	2	Солянка с мясом говядины	230	2	Суп гороховый с мясом кур	200
Плов с мясом кур	150/80	3	Азу из мяса говядины	80	3	Гаше из печени	80	3	Компот из сухофруктов №126	200	3	Бефстроганов из печени	80
Компот из сухофруктов	200	4	Рассыпчатая перловая крупа	100	4	Гречка отварная	150	4	Пшеничный хлеб	30	4	Картофельное пюре	150
Пшеничный хлеб	30	5	Компот из сухофруктов	200	5	Чай с лимоном	200	5	Ржаной хлеб	50	5	Компот из сухофруктов	200
Ржаной хлеб	50	6	Пшеничный хлеб	30	6	Пшеничный хлеб	30				6	Пшеничный хлеб	30
		7	Ржаной хлеб	50	7	Ржаной хлеб	50				7	Ржаной хлеб	50
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник					
Фрукты	100	1	Йогурт 2,5%	200	1	Кисель	200	1	Сок	200	1	Фрукты	100
		2	Творожная запеканка	150	2	Пряник	35	2	Печенье	35			
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин					
Каша молочная геркулесовая	200	1	Овощной салат(фасоль, отв.карт.,морковь,огурец, лук)	60	1	Рыбные биточки, отв. яйцо	80/0,5	1	Пирожок с повидлом	90	1	Рыбное суфле, отв.яйцо	80/0,5
Какао с молоком	200	2	Пшеничный хлеб	25	2	Отварной картофель, огурец	150/60	2	Салат из кукурузы	60	2	Салат из свеклы	60
Пшеничный хлеб	25	3	Чай	200	3	Пшеничный хлеб	25	3	Пшеничный хлеб	25	3	Пшеничный хлеб	25
					4	Чай	200	4	Чай	200	4	Чай №136	200
Всего	1938	Всего	1887	Всего	2159	Всего	1852	Всего	1909				

Утверждаю:
Заведующий  Е.А. Прошлякова
МБДОУ "Детский сад № 10"

Десятидневное меню-раскладка МБДОУ «Детский сад № 10»
2-я неделя

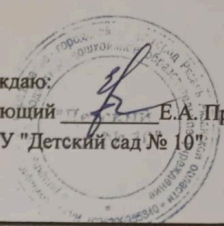


понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
<i>Завтрак:</i>		<i>Завтрак:</i>		<i>Завтрак:</i>		<i>Завтрак:</i>		<i>Завтрак:</i>	
выход блюда		выход блюда		выход блюда		выход блюда		выход блюда	
180	1	200	1	200	1	200	1	200	1
1	Фруктовый плов	1	Каша молочная геркулес	1	Каша молочная пшеничная	1	Вермишель молочная	1	Творожная запеканка с с/фр
200	Отварное яйцо	200	2	200	2	200	2	200	2
2	Кофейный напиток б/м	2	Кофейный напиток со сгущ./м	2	Какао на молоке	2	Кофейный напиток со сгущ./м	2	Какао на молоке
7	3	7	3	7	3	7	3	7	3
6,4	4	25	4	6,4	4	25	4	25	4
25	5	25	5	25	5	25	5	25	5
200/50	1	100	1	100	1	100	1	100	1
50	Сок/ зефир	100	Фрукты	100	Фрукты	100	Фрукты	100	Фрукты
60	1	60	1	60	1	60	1	60	1
1	Кабачковая икра	1	Салат из кукурузы, моркови	1	Квашеная капуста	1	Свежий огурец	1	Салат из свеклы
200	2	200	2	200	2	200	2	200	2
150	3	80	3	80	3	230	3	80/150	3
80	4	150	4	150	4	200	4	200	4
200	5	200	5	200	5	30	5	30	5
30	6	30	6	30	6	50	6	50	6
50	7	50	7	50	7				
100	1	200	1	200	1	200	1	200	1
150	2	150	2	35	2	35	2	35	2
200	1	150	1	150	1	80	1	150	1
200	2	25	2	60	2	60	2	25	2
25	3	200	3	25	3	200	3	200	3
				200	4				
1964		2027		1978		1878		1918	

Утверждаю:
Заведующий  Е.А. Прошлякова
МБДОУ "Детский сад № 10"

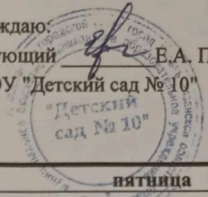
Десятидневное меню-раскладка МБДОУ «Детский сад № 10»

3-я неделя



понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
<i>Завтрак:</i>		<i>Завтрак:</i>		<i>Завтрак:</i>		<i>Завтрак:</i>		<i>Завтрак:</i>	
	выход блюда		выход блюда		выход блюда		выход блюда		выход блюда
Макароны отварные с маслом, сыром	150	1 Творожная запеканка с с/фр	200	1 Каша молочная манная	200	1 Каша молочная гречневая	200	1 Каша молочная «Дружба»	200
Отварное яйцо	1	2 Кофейный напиток с/м	200	2 Какао на молоке	200	2 Кофейный напиток со сгущ./м	200	2 Какао на молоке	200
Кофейный напиток со сгущ./м	200	3 Масло сливочное	7	3 Масло сливочное	7	3 Масло сливочное	7	3 Масло сливочное	7
Масло сливочное	7	4 Сыр	6,4	4 Пшеничный хлеб	25	4 Сыр	6,4	4 Пшеничный хлеб	25
Пшеничный хлеб	25	5 Пшеничный хлеб	25			5 Пшеничный хлеб	25		
<i>Второй завтрак</i>		<i>Второй завтрак</i>		<i>Второй завтрак</i>		<i>Второй завтрак</i>		<i>Второй завтрак</i>	
Сок /пряник	200/ 35	1 Фрукты, сок	100/ 100	1 Фрукты	100	1 Фрукты	100	1 Фрукты	100
<i>Обед</i>		<i>Обед</i>		<i>Обед</i>		<i>Обед</i>		<i>Обед</i>	
Салат витаминный (капуста, лук, морковь, св. огурец, зелень)	60	1 Свежий огурец	60	1 Огурец соленый	60	1 Салат из квашеной капусты с луком № 9	100	1 Кабачковая икра	60
Суп рыбный из консервов	200	2 Суп картофельный с мясом кур со сметаной	200	2 Суп крестьянский с мясом кур со сметаной	200	2 Борщ с мясом кур со сметаной	200	2 Суп гороховый с мясом кур	200
Картофельное пюре	150	3 Голубцы ленивые, картофель отварной	80/150	3 Мясная котлета	80	3 Запеканка из печени с рисом	150	3 Бефстроганов из печени	80
Гаше из мяса говядины	80	4 Соус сметанный	50	4 Гороховое пюре	150	4 Компот из св. мор. ягод	200	4 Отвар. Картофель + туш.овощи	150
Компот из с/фр	200	5 Компот из св.мор. ягод	200	5 Напиток из сухофруктов	200	5 Пшеничный хлеб	30	5 Шиповник	200
Пшеничный хлеб	30	6 Пшеничный хлеб	30	6 Пшеничный хлеб	30	6 Ржаной хлеб	50	6 Пшеничный хлеб	30
Ржаной хлеб	50	7 Ржаной хлеб	50	7 Ржаной хлеб	50			7 Ржаной хлеб	50
<i>Полдник</i>		<i>Полдник</i>		<i>Полдник</i>		<i>Полдник</i>		<i>Полдник</i>	
Фрукты	100	1 Кисломолочный напиток	200	1 Сок	200	1 Кисель	200	1 Кисломолочный напиток	200
		2 Кондит.изделие	50	2 Зефир	50			2 Сушка	30
<i>Ужин</i>		<i>Ужин</i>		<i>Ужин</i>		<i>Ужин</i>		<i>Ужин</i>	
Каша молочная пшеничная	200	1 Омлет	150	1 Карт.запеканка с рыб. консервами	150	1 Пирожок с картошкой	110	1 Салат из моркови с изюмом	60
Какао с молоком	200	2 Салат из кукурузы	60	2 Салат из свеклы	60	2 Отварное яйцо	1	2 Твор.-рисовая запеканка	150
Пшеничный хлеб	25	3 Пшеничный хлеб	25	3 Пшеничный хлеб	25	3 Чай с молоком	200	3 Пшеничный хлеб	25
		4 Чай	200	4 Чай	200			4 Чай № 136	200
Всего	1913	Всего	2143	Всего	1987	Всего	1779	Всего	1967

Утверждаю:
Заведующий *Е.А. Прошлякова*
МБДОУ "Детский сад № 10"



Десятидневное меню-раскладка МБДОУ «Детский сад № 10»
4-я неделя

понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
Завтрак:		Завтрак:		Завтрак:		Завтрак:		Завтрак:	
выход блода		выход блода		выход блода		выход блода		выход блода	
180	1	60	1	200	1	200	1	200	1
200	2	1	2	200	2	200	2	200	2
7	3	200	3	7	3	7	3	7	3
6,4	4	7	4	6,4	4	6,4	4	6,4	4
25	5	25	5	25	5	25	5	25	5
200	1	100	1	100	1	100	1	100	1
60	1	60	1	60	1	60	1	60	1
200	2	200	2	200	2	200	2	200	2
80	3	80	3	80/50	3	80	3	80	3
150	4	150	4	150	4	150	4	150	4
200	5	200	5	200	5	200	5	200	5
30	6	30	6	30	6	30	6	30	6
50	7	50	7	50	7	50	7	50	7
100	1	200	1	200	1	200	1	200	1
	2	110	2		2	100	2		2
200	1	80	1	150	1	150	1	150	1
200	2	60	2	60	2	25	2	25	2
25	3	25	3	25	3	200	3	200	3
	4	200	4	200	4		4	200	4
1913		1838		1993		1983		2028	