

Утверждаю:
Заведующий
МБДОУ № 2 «Звездочка»
Р.С.Шемелева
01.08.2023г.

Примерное десятидневное меню МБДОУ «Детский сад №2 «Звездочка»
Первая неделя с 01.08.2023г. по 04.08.2023г.

Принем пищи	№ реп	Понедельник 26.06.2023г	Выход	№ реп	Вторник 27.06.2023 г	Выхо д	№ реп	Среда 28.06.2023г	Выхо д	№ реп	Четверг 29.06.2023г	Выхо д	№ реп	Пятница 30.06.2023г	Выхо д
ЗАВТРАК	184	Каша рисовая молочная	220	96	Каша пшениная молочная с маслом	200/5	43	Каша пшеничная молочная	200	112	Суп молочный с вермишелью	200	96	Каша рисовая молочная	220
	263	Чай с сахаром	180	1	Хлеб с маслом	20/5	1	Хлеб с маслом	20/5	1	Хлеб с маслом	20/5	1	Хлеб с маслом	20/5
	1	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	263	Чай с сахаром	180	433	Какао с молоком.	200	ТТК	Чай с сахаром.	180	763	Какао с молоком	180
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		Вафли	35	251	Йогурт	100		Кефир	100		Яблоко	100		Йогурт	100
ОБЕД	ТТК	Салат из зеленого горошка	60	41	Салат из белокачанной капусты	60	ТТК	Салат морковный.	60	23	Салат морковно - капустный	60	100	Винегрет овощной.	60
	76	Борщ на к/б со сметаной	200/10	100	Суп картофельный с макарон. изд.	200	186	Суп гороховый	200	42	Суп с крупой и томатом	200	215	Суп из овощей с фасолью	200
	ТТК	Гуляш из говядины с гречкой.	150/50	311	Плов с курицей	200	637	Макароны с мясной подливой	150/ 50	637 206	Гречка с курицей	150/ 50	264	Говядина в кисло- сладком соусе с макарон. изд.	150/ 50
	442	Сок.	200	ТТК	Хлеб.	40	ТТК	Кисель.	200	ТТК	Хлеб	40	442	Сок.	200
	ТТК	Хлеб ..	40	263	Сок.	180	ТТК	Хлеб.	50	442	Сок.	200		Хлеб.	40
ПОЛДН ИК		Булочка сладкая Кефир	70 180		Печенье Чай с сахаром	40 180		Вафли	35		Булочка сладкая Чай с сахаром	70 180		Печенье	20
УЖИН	112	Суп молочный с вермишелью.	200/5	184	Каша манная.	200/5	113	Суп молочный с рисовой крупой.	200	190	Каша кукурузная молочная	200	184	Каша манная молочная	200/5
	1	Хлеб с маслом	20/5	1	Хлеб с маслом	20/5	1	Хлеб с маслом	20/5	433	Какао с молоком.	200	430	Хлеб с маслом	20/5
	263	Чай с сахаром.	180	433	Какао с молоком	180	430	Чай с сахаром.	180		Хлеб с маслом	20/5	1	Чай с сахаром.	180

Примечание	№ рец	Понедельник 19.06.2023г	Выход	№ рец	Вторник 20.06.2023г	Выход	№ рец	Среда 21.06.2023г	Выход	№ рец	Четверг 22.06.2023г	Выход	№ рец	Пятница 23.06.2023г	Выход
ЗАВТРАК	184	Каша манная с маслом	200/5	88	Каша пшеничная с маслом	200/5	ГТК	Каша кукурузная молочная	200	184	Каша манная с маслом	200/5	112	Суп молочный с вермишелью	200
	430	Чай с сахаром	180	ГТК	Хлеб с маслом	20/5	943	Чай с сахаром	180	261	Какао с молоком	200	263	Чай с сахаром	180
	1	Хлеб с маслом	20/5	943	Чай с сахаром	200	ГТК	Хлеб с маслом	20/5	ГТК	Хлеб с маслом	20/5	1	Хлеб с маслом	20/5
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		Йогурт	100		Вафли	50		Кефир	100		Печенье	40		Яблоко	100
ОБЕД	ГТК	Салат морковно-капустный	60	9	Салат морковный	60	100	Салат из разных овощей	60	ГТК	Салат морковно-капустный	60	63	Салат из белокач. капусты	60
	90	Рассольник со сметаной	200/10	ГТК	Суп гороховый	200	84	Щи из свежей капусты с картофелем	200	42	Суп с крупой и томатом	200	79	Суп с фасолью на к/б	200
	259	Гуляш из говядины с гречневой крупой	150/50	ГТК	Макароны с курицей	150/50	311	Плов с курицей	200	153	Макароны с мясной подливой	150/50	№ 637	Гречка с к/м	150/50
	ГТК	Хлеб	40	ГТК	Хлеб	40	ГТК	Хлеб	40	ГТК	Хлеб	40	ГТК	Хлеб	40
	442	Сок	200	442	Сок	200	ГТК	Кисель	180	442	Сок	200	442	Сок	200
ПОЛДНИК		Печенье	40	286	Оладьи со сметаной. Чай с сахаром	70/10		Вафли	35		Кефир Булочка сладкая	180 70		Печенье	20
УЖИН	113	Суп с рисовой крупой молочный	200/5	43	Суп с гречневой крупой молочный	200/5	110	Омлет натуральный	120	184	Каша рисовая молочная	200	88	Каша пшеничная молочная	200/5
	1 433	Хлеб с маслом Какао с молоком	20/5 200	1 943	Хлеб с маслом Чай с сахаром	20/5 180	1 433	Блинчики с повидлом Хлеб с маслом Какао с молоком	20/5 200	430	Хлеб с маслом Чай с сахаром	20/5 180	1 433	Хлеб с маслом Какао с молоком	20/5 200