

Приложение 1

Утверждено

приказом № 10 от 09.01.2024г.

И.О.заведующего МДОБУ № 43

Е.А.Саксонова

**Циклическое десятидневное меню
для организации питания детей от 1,8 до 3 лет**

1-я неделя

| понедельник | | вторник | | среда | | четверг | | пятница | |
|--|--------|---|-----|---|-------|--|-------|--|--------|
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Овощи по сезону порциями | 48 | Каша пшеничная молочная жидкая(жирность 2,5%) | 180 | Каша рисовая молочная жидкая | 180 | Каша манная молочная жидкая | 180 | Каша из овсянных хлопьев «Геркулес» жидкая (жирность 2,5%) | 180 |
| Макаронные изделия отварные | 67 | Кофейный напиток с молоком (жирность 2,5%) батон | 160 | Чай с молоком (жирность 2,5%) батон | 160 | Чай с сахаром батон | 160 | Кофейный напиток с молоком (жирность 2,5%) батон | 160 |
| яйцо вареное | 50 | йодированный, масло сливочное, жирность 72,5% порционно | 20 | йодированный, масло сливочное, жирность 72,5% порционно | 25 | йодированный, масло сливочное | 20 | йодированный, масло сливочное 72,5%, сыр -порционно | 20 |
| Чай с сахаром | 160 | | | | 5 | сыр - порционно | 5 | | 5 |
| Батон | 20 | | | | | | | | |
| йодированный | | | | | | | | | |
| масло сливочное, жирность 72,5% порционно | 5 | | | | | | | | |
| 2-ОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Сок яблочный промышленного производства | 125 | Яблоко | 88 | яблоко | 88 | Сок яблочный промышленного производства | 125 | Сок яблочный промышленного производства | 125 |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Овощи по сезону порциями | 30 | Овощи по сезону порциями | 30 | Овощи по сезону порциями | 30 | Овощи по сезону порциями | 30 | Овощи по сезону порциями | 30 |
| Рассольник «Ленинградский» лето-(суп картофельный с крупой) | 180 | Щи из свежей (квашенной) капусты с картофелем. | 180 | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 180 | Суп картофельный с клецками | 180 | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 180 |
| Бигус | 150 | Запеканка картофельная с печенью. | 164 | Суфле рыбное | 91 | Мясо тушеное | 86 | Рагу из птицы | 170 |
| Компот из свежих плодов | 160 | Компот из смеси сушеных фруктов | 160 | Пюре из овощей | 113 | Каша пшеничная вязкая | 110 | Компот из смеси сушеных фруктов | 160 |
| Хлеб пшеничный | 25 | Хлеб пшеничный | 15 | Хлеб пшеничный | 20 | Компот из свежих плодов | 160 | Хлеб пшеничный | 20 |
| Хлеб ржаной | 30 | Хлеб ржаной | 30 | Хлеб ржаной | 30 | Хлеб пшеничный | 25 | Хлеб ржаной | 30 |
| Хлеб ржаной | 30 | | | | | Хлеб ржаной | 30 | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | |
| Вареники ленивые со сметаной | 105/10 | Овощи по сезону порциями | 30 | Оладьи со сгущенным молоком | 82/25 | Пудинг творожный запеченный со сгущенным молоком | 84/20 | Яблоко Кисломолочный продукт(кефир 2,5%) | 89/160 |
| Какао с молоком | 160 | Омлет натуральный | 102 | Кисломолочный напиток (ряженка 2,5%) | 160 | Молоко кипяченое | 150 | Кондитерские изделия промышленного производства | 45 |
| | | Чай с молоком | 160 | | | | | | |
| | | хлеб пшеничный | 20 | | | | | | |

2-я НЕДЕЛЯ

| понедельник | | вторник | | среда | | четверг | | пятница | |
|---|-----|---------------------------------|-------|---|-------|--|-------|---|-----|
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Консервы овощные закусочные порционно (икра кабачковая) | 60 | Каша «Дружба» | 180 | Каша рисовая молочная жидкая | 180 | Каша пшеничная молочная жидкая | 180 | Каша манная молочная жидкая | 180 |
| омлет | 102 | Кофейный напиток с молоком | 160 | Чай с сахаром батон | 160 | Какао с молоком | 160 | Чай с молоком | 160 |
| натуральный | 160 | батон | | йодированный, масло сливочное 72,5% | 20 | Батон | | Батон йодированный, масло сливочное, жирность 72,5% | 20 |
| Чай с сахаром | 25 | йодированный | 25 | сыр -порционно | 5 | Батон йодированный | 25 | сыр -порционно | 5 |
| хлеб пшеничный | 5 | сливочное 72,5% | 5 | | | Масло сливочное 72,5% | 5 | | |
| масло сливочное 72,5% порционно | | порционно | | | 5 | порционно | | | 5 |
| | | сыр - порционно | 5 | | | | | | |
| 2-ОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | |
| Сок яблочный промышленного производства | 125 | Яблоко | 88 | Сок яблочный промышленного производства | 125 | Яблоко | 88 | Сок яблочный промышленного производства | 125 |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Овощи по сезону порциями | 30 | Овощи по сезону порциями | 30 | Овощи по сезону порциями | 30 | Овощи по сезону порциями | 30 | Овощи по сезону порциями | 30 |
| Свекольник | 180 | Борщ с капустой и картофелем | 180 | Суп картофельный с бобовыми | 180 | Суп картофельный с картофелем | 180 | Суп харчо | 180 |
| Плов из говядины | 150 | Оладьи из печени по-купецки | 76/25 | Биточки рыбные | 82 | Суп картофельный с крупой | 82 | Шницель рыбный натуральный | 78 |
| Кисель из яблок свежих | 20 | Макаронные изделия отварные | 111 | Капуста тушеная | 116 | Котлеты «Пермские» | 80 | Пюре картофельное | 127 |
| Хлеб пшеничный | 30 | Компот из свежих плодов | 160 | Компот из смеси сушеных фруктов | 160 | Рагу из овощей | 126 | Компот из свежих плодов | 160 |
| Хлеб ржаной | | Хлеб пшеничный | 16 | Хлеб пшеничный | 20 | Кисель из смеси сушеных фруктов | 160 | Хлеб | 20 |
| | | Хлеб ржаной | 30 | Хлеб ржаной | 30 | Хлеб пшеничный | 15 | Хлеб пшеничный | 30 |
| | | Хлеб ржаной | | | | Хлеб ржаной | 30 | Хлеб ржаной | 30 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | |
| Суп молочный с гречневой крупой | 180 | Сырники из творога | 79/20 | Оладьи с изюмом со сгущенным молоком | 85/25 | Пудинг из творога с рисом со сгущенным молоком | 79/20 | Яблоко | 89 |
| Какао с молоком | 160 | запеченные со сгущенным молоком | | Кисломолочный продукт(кефир 2,5%) | 160 | Молоко кипяченое | 150 | Кисломолочный продукт(ряженка 2,5%) | 160 |
| | | Чай с молоком | 160 | | | | | Кондитерские изделия промышленного производства | 45 |