

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ г. Астрахани
«Детский сад №37»

О.В.Жукова
« 01» июня 2023 г.

Десятидневное летнее меню питания детей сад / ясли

Прием пищи	1 день	Выход г	2 день	Выход г	3 день	Выход г	4 день	Выход г	5 день	Выход г
Завтрак	Каша пшеничная на молоке	200/150	Каша манная на молоке	200/150	Каша пшеничная на молоке	200/150	Омлет с морковью	150/120	Суп молочный с макаронными изделиями	200/150
	Какао на молоке	180/150	Кофейный напиток на молоке	180/150	Какао на молоке	180/150	Кофейный напиток на молоке	180/150	Какао на молоке	180/150
	Бутерброд с маслом сливочным, сыром Хлеб – 40/30 Масло -5/4 Сыр – 10/7	55/41	Бутерброд с маслом сливочным Хлеб – 40 Масло -5	45/34	Бутерброд с маслом сливочным, сыром Хлеб – 40 Масло – 5 Сыр – 10	55/41	Бутерброд с маслом сливочным Хлеб -40 Масло -5	45/34	Бутерброд с маслом сливочным, сыром Хлеб – 40 Масло – 5 Сыр –10	55/41
2-й завтрак	Сок в промышленной упаковке	125/125	Сок в промышленной упаковке	125/125	Кондитерское изделие	22/13	Сок фруктовый или ягодный в промышленной упаковке	125/125	Кондитерское изделие	22/13
N:500/450		560/466		550/459		457/354		500/429		457/354
	Салат из свеклы	60/30	Салат из свежей капусты с болгарским перцем	60/30	Салат из свежих овощей	60/30	Овощи свежие порционно	60/30	Кукуруза консервированная	60/30
	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на к.м бульоне (Летний вариант)	200/150	Суп гороховый вегетарианский (Летний вариант)	200/150	Борщ на к.м.б. со сметаной (Летний вариант)	200/150	Суп вермишелевый на курином бульоне (Летний вариант)	200/150	Суп перловый к.м.бульоне со сметаной (Летний вариант)	200/150
	Каша вязкая из крупы гречневой	130/110	Рис отварной	150/120	Пюре гороховое	150/120	Жаркое с курицей с баклажанами (Летний вариант)	220/180	Перец фаршированный с мясом	220/180
	Гуляш (летний вариант)	80/60	Печеночные оладьи в сметанном соусе	80/60	Котлеты мясные	80/60				
	Компот из плодов шиповника	180/150	Кисель	180/150	Компот из сушеных фруктов	180/150	Напиток из изюма	180/150	Компот из сушеных фруктов	180/150
	Хлеб ржаной	50/40	Хлеб ржаной	50/40	Хлеб ржаной	50/40	Хлеб ржаной	50/40	Хлеб ржаной	50/40
N:600/450		700/540		720/550		690/550		720/550		700/540
Уплотненный полдник	Омлет натуральный	100/100	Ватрушка с творогом	100/50	Пирожок с капустой	150/120	Запеканка с рисом и творогом с молоком сгущенным	150/30 120/20	Биточки рыбные	80/60
	Зеленый горошек	60/30							Пюре картофельное	150/120
	Чай сладкий	180/150	Чай с молоком	180/150	Напиток лимонный	180/150	Молоко кипяченое	150/130	Чай с лимоном	180/150
	Фрукты свежие	100/95	Фрукты свежие	100/95	Фрукты свежие	100/95	Фрукты свежие	100/95	Фрукты свежие	100/95
	Хлеб пшеничный	40/30	Хлеб пшеничный	40/30	Хлеб пшеничный	40/30	Хлеб пшеничный	40/30	Хлеб пшеничный	40/30
N:450/400		480/405		380/285		470/275		500/415		560/460
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1607 1430		1650/ 1350		1700/ 1401		1717/ 1170		1650/ 1210

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ г. Астрахани
«Детский сад №37»

О.В.Жукова
« 01»июня 2023г.

Десятидневное летнее меню питания детей сад / ясли

Прием пищи	6 день	Выход г	7 день	Выход г	8 день	Выход г	9 день	Выход г	10 день	Выход г
Завтрак	Каша ячневая на молоке	200/150	Каша овсяная на молоке	200/150	Каша гречневая на молоке	200/150	Каша рисовая на молоке	200/150	Макароны отварные с сыром	200/150
	Кофейный напиток молоке	180 /150	Какао на молоке	180/150	Кофейный напиток молоке	180 /150	Какао на молоке	180/150	Кофейный напиток молоке	180/150
	Бутерброд с маслом Хлеб – 40 Масло – 5 Сыр -10	45 /34	Бутерброд с маслом Хлеб – 40 Масло – 5	45/34	Бутерброд с маслом ,сыром Хлеб – 40 Масло – 5 Сыр -10	55 /41	Бутерброд с маслом Хлеб – 40 Масло – 5	45/34	Бутерброд с маслом Хлеб – 40 Масло – 5	45/34
2-й завтрак	Кондитерское изделие	22/13	Сок в промышленной упаковке	125/125	Сок фруктовый или ягодный в промышленной упаковке	125/125	Кондитерское изделие	22/13	Сок в промышленной упаковке	125/125
N:500/450		447/347		550/459		560/466		447/346		560/466
Обед	Овощи свежие порционно	60/30	Салат из свежих овощей	60/30	Кукуруза консервированная	60/30	Овощи свежие порционно	60/30	Горошек консервированный	60/30
	Свекольник на к.м б. со сметаной (Летний вариант)	200/150	Суп крестьянский вегетарианский со сметаной (Летний вариант)	200/150	Суп рисовый на к.м.бульоне (Летний вариант)	200/150	Суп с клецками на курином бульоне (Летний вариант)	200/150	Щи на к.м.бульоне со сметаной (Летний вариант)	200/150
	Жаркое по- домашнему (Летний вариант)	220/180	Печень тушеная в томатном соусе (Летний вариант)	80/60	Тефтели рыбные тушеные	80/60	Котлеты, биточки, шницели из птицы	80/60	Плов из говядины	220/180
			Макароны отварные	150/20	Пюре картофельное с морковью	150/120	Рагу из овощей с кабачком	150/120		
	Компот из сухофруктов	180/150	Кисель	180/150	Напиток из изюма	180/150	Компот из шиповника	180/150	Компот из сухофруктов	180/150
	Хлеб ржаной	50/40	Хлеб ржаной	50/40	Хлеб ржаной	50/40	Хлеб ржаной	50/40	Хлеб ржаной	50/40
N:600/450		710/550		720/550		720/550		710/550		710/550
Уплотненный полдник	Омлет с сыром	100/100	Сырники с творогом со сметанным соусом	100/30, 100/20	Пирожок с мясом , капустой	150/110	Пудинг творожный со сметанным соусом	150\30, 120/20	Пирожок с рыбой	150/100
	Икра из баклажан	60/30							Салат из свежих овощей	60/30
	Чай с сахаром	180/150	Молоко кипяченое	150/130	Компот из свежих фруктов	180/150	Чай с молоком	180/150		
	Фрукты свежие	100/95	Хлеб пшеничный	40/30	Хлеб пшеничный	40/30	Хлеб пшеничный	40/30	Чай с лимоном	180/150
	Хлеб пшеничный	40/30	Фрукты свежие	100/90	Фрукты свежие	100/95	Фрукты свежие	100/95	Хлеб пшеничный	40/30
N:450/400		480/405		420/390		470/385		500/415		430/388
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1680/1325		1690/1350		1497/1255		1710/1355		1657/1333