

Утверждаю
Директор МБУ «Комбинат питания»
Карих В.В.



Согласовано
Начальник территориального
отдела Роспотребнадзора
по Кемеровской области
в г. Кемерово
Иванов С.В.



**Примерное циклическое 10-ти дневное
меню для дошкольных
образовательных учреждений с
возрастными категориями:
с 1 года до 3 лет и с 3 до 7 лет
(для детей с дневным пребыванием 12 часов)
(всесезонное)**

Начальник ОООУ: Диринг Ю.В.
Гл. технолог: Тополева Т.С.
Врач-диетолог: Жданова Е.А.
т. 38-26-32

**МБУ
«КОМБИНАТ
ПИТАНИЯ»
ВХ № 5 «10» 01 2014**

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДОУ (3-7 лет)

1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день
ЗАВТРАК Макароны, запеченные с сыром 200 Масло сливочн 3 Кофейный напиток на сгущенном молоке 200 Хлеб пшенич 30 2-й ЗАВТРАК Сок 200 ОБЕД Икра морковная 60 Суп картофельный с мясными фрикадельками 220 Гуляш из говядины 55/30 Каша гречневая рассыпчатая 150 Компот из кураги 200 Хлеб пшеничный 10 Хлеб ржано-пшеничный 10 ПОЛДНИК Кисломолочный напиток 180 Пряник заварной 70 УЖИН Пудинг овощной с молочным соусом 180/40 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржано-пшеничный 40 Груша 100	ЗАВТРАК Каша молочная пшеничная жидкая с маслом 209 Молоко кипяченое 200 Сыр твердый 7 Хлеб пшеничн 10 2-й ЗАВТРАК Апельсин 130 ОБЕД Огурцы свежие 60 Суп из овощей с мясом, со сметаной 200 Рыба, тушенная в томате с овощами 70 Картофельное пюре 120 Кисель плодово-ягодный 180 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржано-пшеничный 40 ПОЛДНИК Кисломолочный напиток 180 Пирожок из бездрожжевого теста с капустой 70 УЖИН Морковь, тушенная с яблоками 100 Вареники ленивые 135 Чай с лимоном 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 10	ЗАВТРАК Суп молочный с макаронными изделиями 200 Масло сливочн 3 Сыр твердый 7 Чай с молоком 200 Хлеб пшеничн 40 2-й ЗАВТРАК Сок 200 ОБЕД Икра свекольная 60 Рассольник ленинградский с мясом, со сметаной 200 Суфле из кур 70 Рагу из овощей с кабачками 120 Напиток витаминный 150 Хлеб пшеничный 10 Хлеб ржано-пшеничный 10 ПОЛДНИК Кисломолочный напиток 180 Ватрушка с творогом 70 УЖИН Рыба, запеченная с картофелем, по-русски 200 Молоко кипяченое 200 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 40 Яблоко 100	ЗАВТРАК Каша пшеничная молочная жидкая с маслом 209 Сыр твердый 7 Кофейный напиток с молоком 200 Хлеб пшеничн 40 2й ЗАВТРАК Груша 140 ОБЕД Помидоры свежие 60 Свекольник с мясом, со сметаной 200 Колбасные изделия отварные 69 Капуста тушенная 120 Компот из смеси сухофруктов 200 Хлеб пшеничный 10 Хлеб ржано-пшеничный 20 ПОЛДНИК Кисломолочный напиток 180 Оладьи с сахаром 77 УЖИН Морковь, тушенная с курагой 80 Запеканка из творога с соусом молочным сладким 135/40 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 30	ЗАВТРАК Каша манная молочная жидкая с маслом 209 Какао с молоком 200 Повидло яблочное 5 Хлеб пшеничный с железом 50 2-й ЗАВТРАК Кисломолочный напиток 200 ОБЕД Маринад овощной с томатом 60 Суп из овощей с мясом, со сметаной 200 Жаркое под домашнему 180 Кисель плодово-ягодный 180 Хлеб пшеничный с железом 10 Хлеб ржано-пшеничный 20 ПОЛДНИК Сок 200 Печенье 50 Яблоко 100 УЖИН Фрикадельки рыбные 60 Запеканка овощная 200 Чай с лимоном 200 Хлеб пшеничный с железом 30 Хлеб ржано-пшеничный 30

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДОУ (3-7 лет)

6-й день	7-й день	8-й день	9-й день	10-й день
<p>ЗАВТРАК Каша молочная кукурузная жидкая с маслом 209 Сыр твердый 7 Чай с молоком 200 Хлеб пшеничный 30</p> <p>2-й ЗАВТРАК Сок 200</p> <p>ОБЕД Икра свекольная 60 Суп картофельный с бобовыми и мясом 200 Тефтели из говядины в томатном соусе 100 Картофельное пюре 120 Компот из изюма 200 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20</p> <p>ПОЛДНИК Кисломолочный напиток 180 Пряник заварной 70</p> <p>УЖИН Голубцы овощные с молочным соусом 220 Молоко кипяченое 200</p>	<p>ЗАВТРАК Запеканка морковная с творогом со сгущенным молоком 200/30 Кофейный напиток с молоком 200 Масло сливочное 3 Хлеб пшеничный 10</p> <p>2-й ЗАВТРАК Груша 140</p> <p>ОБЕД Огурцы свежие 60 Суп-пюре из разных овощей с мясом 200 Рыба, припущенная в молоке 70 Рис отварной 150 Хлеб пшеничный 40 Хлеб ржано-пшеничный 30</p> <p>ПОЛДНИК Кисломолочный напиток 180 Пирожок печеный с капустой 70</p> <p>УЖИН Кнели из говядины 70 Кабачки и цветная капуста,</p>	<p>ЗАВТРАК Омлет с зеленым горошком 200 Масло сливочное 3 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 30</p> <p>2-й ЗАВТРАК Сок 200</p> <p>ОБЕД Сельдь с луком 33/17 Борщ с капустой и картофелем, с мясом, со сметаной 200 Котлета куриная припущенная 70 Картофель отварной 120 Напиток витаминный 150 Хлеб пшеничный 10 Хлеб ржано-пшеничный 20</p> <p>ПОЛДНИК Кисломолочный напиток 180 Запеканка пшеничная со свежими плодами 80 Соус фруктовый из кураги 30</p> <p>УЖИН Овощи, припущенные в молочном соусе 200</p>	<p>ЗАВТРАК Каша «Дружба» с маслом 209 Сыр твердый 7 Какао с молоком 200 Хлеб пшеничный 30</p> <p>2-й ЗАВТРАК Апельсин 130</p> <p>ОБЕД Помидоры свежие 60 Суп крестьянский с крупой, мясом, со сметаной 200 Запеканка картофельная с печенью 200 Компот из плодов шиповника 180 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 30</p> <p>ПОЛДНИК Кисломолочный напиток 180 Макаронник 100 Соус молочный сладкий 30</p> <p>УЖИН Маринад овощной с томатом 120 Рыба, запеченная в омлете 90 Чай с молоком 200 Хлеб пшеничный 30</p>	<p>ЗАВТРАК Крупеник из гречневой крупы 200 Повидло яблочное 5 Кофейный напиток с молоком 200 Хлеб пшеничный с железом 20</p> <p>2-й ЗАВТРАК Кисломолочный напиток 200</p> <p>ОБЕД Морковь в молочном соусе с зеленым горошком 60 Суп картофельный с рыбой 200 Биточки из говядины 70 Капуста тушеная 120 Кисель плодово-ягодный 200 Хлеб пшеничный с железом 10 Хлеб ржано-пшеничный 20</p> <p>ПОЛДНИК Напиток витаминный 150 Булочка «Розовая» 70</p> <p>УЖИН Огурцы свежие 60 Картофель, тушеный с луком 180 Чай с лимоном 200</p>

Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано- пшеничный 30 Яблоко 100	запеченные под молочным соусом 150 Чай с лимоном 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано- пшеничный 20	Молоко кипяченое 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано- пшеничный 30	Хлеб ржано- пшеничный 20	Хлеб пшеничный с железом 30 Хлеб ржано- пшеничный 30
---	---	--	-----------------------------	---