



УТВЕРЖДАЮ  
заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 7 «Золотая рыбка»  
О. В. Власова



**ПЛАН-МЕНЮ**

для МБДОУ с 8 -10,5 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (1-3 лет)

2-я неделя / 5. пятница

2-я неделя / 4. четверг

2-я неделя / 3. среда

2-я неделя / 2. вторник

2-я неделя / 1. понедельник

		завтрак	обед	ужин
1	Вермишель молочная	150 Каша овсяная "Геркулесовая" жидкая	150 Овощи свежие или консервированные	30 Овощи свежие или консервированные
2	Масло сливочное	5 Масло сливочное	180/15/8 Суп картофельный с кречевыми фрикадельками	180/15/15 Суп картофельный с рыбными фрикадельками
3	Сыр	5 Чай с молоком	60 Азу из говядины	60 Шницель наровой
4	Какао с молоком	130 Кофейный напиток с молоком	120 Картофельное пюре	120 Макароны отварные
5	Хлеб пшеничный	35 Хлеб пшеничный	150 Компот из свежих яблок	150 Компот из сухофруктов
		150 Сок фруктовый	150 Фрукты	30 Хлеб ржаной
		150 Фрукты	150 Фрукты	30 Хлеб ржаной
1	Сок фруктовый			
1	Овощи свежие или консервированные	30 Суп картофельный с кречевыми фрикадельками и сметаной	180/15/8 Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/15/15 Суп картофельный с рыбными фрикадельками
2	Суп картофельной с мясными фрикадельками и зеленью	180/20 Суп гороховый с гречкой	60 Котлета из говядины	60 Шницель наровой
3	Рыба отварная под маринадом	180/5/5 Голубцы ленивые	120 Каши гречневая	120 Макароны отварные
4	Картофельное пюре	150 Компот из яблок	150 Каесь плющеватый	150 Компот из сухофруктов
5	Компот из черноксины	30 Хлеб ржаной	25 Хлеб ржаной	30 Хлеб ржаной
6	Хлеб ржаной			
		150 Сырники с соусом сметанным сладким	80/10 Омлет натуральный	100 Пудинг творожно-яблочный с молочным соусом
		150 Молоко	150 Молочная продукция	150 Чай с лимоном
		50 Булочка домашняя	50 Хлеб пшеничный	30

		завтрак	обед	ужин
1	Вармишель молочная	150 Каша молочная манная	150 Каша молочная пшенная	150 Плов фруктовый
2	Масло сливочное	5 Сыр	5 Масло сливочное	5 Масло сливочное
3	Сыр	5 Чай с молоком	150 Какао с молоком	150 Сыр
4	Какао с молоком	150 Хлеб пшеничный	30 Хлеб пшеничный	30 Кофейный напиток с молоком
5	Хлеб пшеничный	35 Хлеб пшеничный	5 Масло сливочное	30 Хлеб пшеничный
		150 Сок фруктовый	150 Фрукты	100 Сок фруктовый
		150 Фрукты	150 Фрукты	150 Сок фруктовый
1	Сок фруктовый			
1	Овощи свежие или консервированные	30 Цыпленок с мясными фрикадельками	180/15/8 Суп картофельный с кречевыми фрикадельками	180/15/15 Суп картофельный с рыбными фрикадельками
2	Суп картофельной с мясными фрикадельками и зеленью	180/20 Фрикадельки с сметаной	60 Котлета из говядины	60 Шницель наровой
3	Рыба отварная под маринадом	180/5/5 Котлета из говядины	120 Каши гречневая	120 Макароны отварные
4	Картофельное пюре	150 Картофельное пюре	150 Каесь плющеватый	150 Компот из сухофруктов
5	Компот из яблок	30 Компот из яблок	25 Хлеб ржаной	30 Хлеб ржаной
6	Хлеб ржаной			

