



УТВЕРЖДАЮ:

А.В.Павлова

03 сентября 2024 г.

**Примерное десятидневное меню для детей дошкольного возраста с 9 – часовым пребыванием в МБДОУ Никитинский детский сад. (возраст от 1.5- до 7 лет)**

№ рец.	Прием пищи	Понедельник	Выход, г	№ рец.	Вторник	Выход, г	№ рец.	Среда	Выход, г	№ рец.	Четверг	Выход, г	№ рец.	Пятница	Выход, г	Выход д.г
ТТК	Завтрак	Каша гречневая с маслом	200/5	126	Каша пшеничная с маслом	200/5		Суп молочный с вермишелью	200		Каша овсяная "Геркулес" жидкая с маслом сливочным	200/5		Каша мянная молочная	200/5	200
763		Чай сладкий	180	ТТК	Кофейный напиток с молоком	180	ТТК	Кофейный напиток с молоком	180		Чай с сахаром	180		Каша с молоком	180	180
ТТК		Хлеб пшеничный с маслом	40/10	ТТК	Хлеб пшеничный	40	ТТК	Хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыром	30/5/10	ТТК	Хлеб пшеничный с маслом	40/10	ТТК	Хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыром	40/10	30/5/10
ТТК	Второй завтрак	Сок	100	ТТК	Сок	100	ТТК	Сок	100	ТТК	Сок	100	ТТК	Сок	100	100
ТТК		Обед	Борщ украинский с мясом на мясном бульоне со сметаной	250/10	38	Суп картофельный с макаронными изделиями	250		Щи из свежей капусты на мясном бульоне	250		Суп картофельный с рыбой	250		Суп из овощей с фасолью	250
146		Тефтели рыбные	71	614	Тефтели мясные	70		Курица отварная порционная	70		гуляш	70		Котлета из говядины	70	70
206		Картофельное пюре	150	ТТК	Свекла тушеная	150		Рис припущенный	150	ТТК	Капуста тушеная	150		Сложный гарнир	150	150
ТТК		Компот из смеси сухофруктов	180	232	Кисель	180	ТТК	Компот из изюма	180		Кисель из кураги	180	ТТК	Компот из смеси сухофруктов	180	180
		Хлеб пшеничный	40		Хлеб пшеничный	40		Хлеб пшеничный	40		Хлеб пшеничный	40		Хлеб пшеничный	40	40
		Хлеб ржаной	40		Хлеб ржаной	40		Хлеб ржаной	40		Хлеб ржаной	40		Хлеб ржаной	40	40
110	Полдник	Омлет натуральный	130	289	Ватрушка с творожным фаршем	70	ТТК	Овощи тушеные	200		Запеканка рисовая со сметанным соусом	200/20		Вафли	200	50 200
		Фрукт	75		Фрукт	75		Фрукт	75	251	Фрукт	75	ТТК	Овощи тушеные	200	200
226			Кофейный напиток	180	251	Кисломолочный продукт	180		Кисломолочный продукт	180		Кисломолочный продукт	180		Кисломолочный продукт	180

№ реп.	категория пункт	наименование	ед. изм.	реп.	наименование	ед. изм.	реп.	наименование	ед. изм.	реп.	наименование	ед. изм.	реп.	наименование	ед. изм.	реп.	наименование	ед. изм.	реп.
56	Завтрак	Макаронные отварные	140	94	Лавашник с творогом	100		Каша «Дружба» молочная	200	88	Каша манная молочная с маслом сливочным	200/ 5		Закваска пшеничная	200/50				
ТТК		Кофейный напиток с молоком	180	7632 61	Чай с молоком	180		Чай с сахаром	180	261	Чай с молоком	180	ТТК	Кофейный напиток с молоком	180				
ТТК		Хлеб пшеничный с маслом	40/ 10	ТТ К	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	30/5/10	ТТК	Хлеб пшеничный с сыром	30/1 0	ТТК	Хлеб пшеничный с сыром	40/ 10	ТТК	Хлеб пшеничный	40				
ТТК	Второй завтрак	Сок	100	ТТК	Сок	100	ТТК	Сок	100	ТТК	Сок	100	ТТК	Сок	100				
ТТК	Обед	Суп гороховый с гренками	250/ 15	35	Суп из овощей	250	ТТК	Рассольник с мясом и сметаной	250/ 5	40	Суп картофельный с рыбными консервами	250/ 25		Суп крестьянский с крупой на мясном бульоне	250				
ТТК		Плов	160/ 30	152	Гуляш из говядины	70		Рыба по-русски	190	141	Котлета из говядины	70/ 30		Жаркое по-домашнему	220				
ТТК		Компот из кураги	180	ТТК	Макаронные изделия отварные	150		Напиток из пшеничника	180	232	Рис припущенный	150		Компот из сухофруктов	180				
ТТК		Хлеб ржаной	40		Компот из смеси сухофруктов	180	ТТК	Хлеб ржаной	40		Клсель	180		Хлеб пшеничный	40				
		Хлеб пшеничный	40		Хлеб пшеничный	40		Хлеб пшеничный	40		Хлеб ржаной	40		Хлеб ржаной	40				
286	Полдник	Запеканка творожная	150/ 50		Булочка столичная	70		Чай с молоком	180		Печенье галетное	50		пряники	50				
		Кисломолочный продукт	180		Фрукт	75		Шансжка	70	251	Салата тушеная с изюмом	200		Фрукты	75				
251		Фрукт	75		Молоко 2,5% жирности	180	251	Фрукт	75		Чай сладкий	180		Кисломолочный продукт	180				