

СОГЛАСОВАНО
Председатель ППО
Коротасва Д.С.
(дата)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ №4-д/с "Одуванчик"
Бобрик О.В. ИО)
Приказ № 81(ОД) от 04.04.2025 г

План-меню: Меню обычное (весенне-летний) Категория: Детский сад

День 1		День 2		День 3		День 4		День 5	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша "Дружба" - 84	200	Каша ячневая вязкая - 261	200	Каша геркулесовая - 413	200	Каша пшенная вязкая - 264	200	Каша манная вязкая - 256	200
Бутерброды с джемом или повидлом - 2	30	Бутерброд с сыром - 1 (3)	30	Бутерброд с маслом - 1 (1 (ЯС))	30	Бутерброды с джемом или повидлом - 2	30	Бутерброд с сыром - 1 (3)	30
Какао с молоком (1-й вариант) - 508	200	Яйцо отварное - 1/6	16	Кисель из концентрата плодового или ягодного - 516	200	Чай с молоком и сахаром - 195 (630)	200	Какао с молоком (1-й вариант) - 508	200
		Кофейный напиток с молоком - 395	200						
10:00		10:00		10:00		10:00		10:00	
Соки овощные, фруктовые и ягодные - 399.6	100	Кисломолочный напиток - 119	100	Фрукты свежие (яблоко, груша, мандарин, апельсин, банан) 458 (8)	100	Кисломолочный напиток - 119	100	Фрукты свежие (яблоко, груша, мандарин, апельсин, банан) 458 (8)	100
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Салат из свежих огурцов с раст-м маслом - 14/1	50	Рассольник со сметаной - 9/2	180	Щи из свежей капусты с картофелем - 147	180	Суп крестьянский со сметаной - 37	180	Борщ с капустой и картофелем - 36 (110)	180
Суп с макаронными изделиями - 163	180	Плов из мяса кур - 4/9	170	Суфле рыбное - 59 (208)	80	Птица отварная - 366	80	Гуляш из отварного мяса - 277	80
Суфле куриное - 310	80	Компот из свежих яблок - 342 (1)	180	Соус молочный для запекания - 218	20	Картофельное пюре с маслом сливочным - 128 (1)	140	Каша гречневая рассыпчатая - 175 (297 (ДС))	140
Капуста тушеная - 8/3	140	Хлеб пшеничный - 701.2	40	Макар-е изделия отварные 43/3	140	Напиток из шиповника - 538	180	Компот из сухофруктов - 6/10	180
Компот из сухофруктов - 6/10	180	Хлеб ржаной - 700	40	Компот из яблок и изюма - 2/10	180	Хлеб ржаной - 700	40	Хлеб ржаной - 700	40
Хлеб пшеничный - 701.2	40			Хлеб пшеничный - 701.2	40	Хлеб пшеничный - 701.2	40	Хлеб пшеничный - 701.2	40
Хлеб ржаной - 700	40			Хлеб ржаной - 700	40				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Запеканка рисовая с творогом (с молоком гущ.) - 188 (3)	130	Омлет с сыром - 216	130	Салат из свёклы отварной - 26	50	Салат из белокочанной капусты с раст-м маслом - 3/1	50	Салат из свежих огурцов с растительным маслом - 14/1	50
Чай с молоком и сахаром - 195 (630)	200	Чай черный - 10/10	200	Картофель отварной, запече-й с раст-м маслом - 53	140	Рис отварной с овощами - 58	140	Макаронные изделия отварные - 43/3	140
				Печенье - 609	12	Кисель из концентрата плодового или ягодного - 516	200	Чай с молоком и сахаром - 195 (630)	200
				Чай с лимоном - 11/10	200				

День 6		День 7		День 8		День 9		День 10	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша гречневая молочная жидкая - 64	200	Каша рисовая вязкая - 259	200	Каша кукурузная молочная жидкая - 204 (311 (ДС))	200	Каша манная вязкая - 256	200	Каша пшенная вязкая - 264	200
Бутерброд с маслом - 1 (1 (ЯС))	30	Бутерброды с джемом или повидлом - 2	30	Какао с молоком (1-й вариант) - 508	200	Бутерброд с маслом - 1 (1 (ЯС))	30	Батон нарезной - 117	30
Яйцо отварное - 1/6	16	Кисель из концентрата плодового или ягодного - 516	200	Бутерброд с сыром - 1 (3)	30	Кофейный напиток с молоком - 395	200	Кисель из концентрата плодового или ягодного - 516	200
Кофейный напиток с молоком - 395	200								
10:00		10:00		10:00		10:00		10:00	
Соки овощные, фруктовые и ягодные - 399,6	100	Кисломолочный напиток - 119	100	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, банан, персик, абрикос и др.) (персики) - 458 (8)	100	Кисломолочный напиток - 119	100	Соки овощные, фруктовые и ягодные - 399,6	100
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Салат из свежих помидоров и огурцов - 15	50	Суп крестьянский со сметаной - 37	180	Свекольник - 67 (43)	180	Уха с крупой - 70 (181 (ЯС))	180	Суп-пюре гороховый - 29/2	180
Суп-пюре из картофеля - 165	180	Суфле рыбное - 59 (208)	80	Тефтели из говядины с рисом ("ежики") - 174 (1)	80	Суфле куриное - 310	80	Птица отварная - 366	80
Плов из мяса кур - 4/9	170	Соус молочный для запекания - 218	20	Макаронные изделия отварные - 43/3	140	Каша гречневая рассыпчатая - 175 (297 (ДС))	140	Рис отварной - 419	140
Компот из яблук и кураги - 1/10	180	Картофельное пюре с маслом сливочным - 128 (1)	140	Соус молочный для запекания - 218	20	Компот из сухофруктов - 6/10	180	Компот из яблок и кураги - 1/10	180
Хлеб пшеничный - 701.2	40	Компот из сухофруктов - 6/10	180	Компот из яблок и изюма - 2/10	180	Хлеб ржаной - 700	40	Хлеб пшеничный - 701.2	40
Хлеб ржаной - 700	40	Хлеб ржаной - 700	40	Хлеб ржаной - 700	40	Хлеб пшеничный - 701.2	40	Хлеб ржаной - 700	40
		Хлеб пшеничный - 701.2	40	Хлеб пшеничный - 701.2	40				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Запеканка рисовая с творогом (с молоком стуженным) - 188 (3)	130	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом - 3/1	50	Салат из свежих помидоров и огурцов - 15	50	Салат из свёклы отварной - 26	50	Омлет натуральный - 77	130
Чай черный - 10/10	200	Макаронные изделия отварные - 43/3	140	Рис отварной с овощами - 58	140	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом - 53	140	Печенье - 609	12
		Чай с лимоном - 11/10	200	Кисель из концентрата плодового или ягодного - 516	200	Кисель из концентрата плодового или ягодного - 516	200	Чай с молоком и сахаром - 195 (630)	200
		Вафли - 607	15						