

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель МБУ детского сада

Мухомов Г.М. Федина



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «ГАММА-плюс»



Солоднева Т.В. Солоднева

**Примерное циклическое меню для организации питания детей, в возрасте с 3 до 7 лет, посещающих с 12-часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения г.о. Тольятти, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания**

РАЗРАБОТЧИКИ:

Зам. директора по производству

А.П. Замотин А.П. Замотин

Технолог О.Г. Филатова О.Г. Филатова

Технолог Е.М. Семенова Е.М. Семенова

## Меню - сетка

### Примерное 10-ти дневное меню Ясли на весенне-летний период

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<b>Завтрак 1 (до 3 лет)</b>				
Батон с маслом и сыром С 15/5/7	Батон с сыром С/Я 15/5	Батон с маслом Я 15/5	Батон с маслом и сыром Я 15/5/5	Батон с маслом С 15/7
Каша молочная манная жидкая с печеньем (вода) Я 150	Омлет натуральный С 80	Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом (вода) Я 150/5/5	Суп молочный с макаронными изделиями Я (молоко, вода) 150	Каша молочная ячневая жидкая с сахаром и маслом (вода) Я 150/5/5
Кофейный напиток с молоком (вода) Я 150	Чай с молоком Я 150	Какао с молоком Я (вода) 150	Чай с молоком Я 150	Кофейный напиток с молоком (вода) Я 150
<b>Завтрак 2 (до 3 лет)</b>				
Десерт фруктовый (яблоко ) С	Сок С 130	Десерт фруктовый (яблоко ) С	Сок С 130	Десерт фруктовый (яблоко ) С
<b>Обед (до 3 лет)</b>				
Салат Степной Я 40	Огурец солёный Я 20	Суп лапша домашняя на кур. бульоне Я 150	Рассольник ленинградский на кур. бульоне Я 150	Салат из свеклы Я 40
Суп из овощей на кур бульоне Я 150	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Я 150	Плов из говядины (гов.б/к цех) Я 30/100	Котлета рубленая из говядины из п-ф 62 гр. 50	Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне Я (перл) 150
Голубцы ленивые куриные с рисом из п/ф 66гр 50	Котлета Веста рыбная из минтая пбг из п/ф 57г 50	Напиток из плодов шиповника Я 150	Гороховое пюре Я 100	Запеканка картофельная с говядиной Я (фарш Особый)
Макароны отварные с маслом Я 100/5	Картофельное пюре Я 110	Хлеб пшеничный Я 15	Компот из яблос Я 150	Напиток лимонный Я 150
Компот из сухофруктов Я 150	Компот из ягод замороженной (смесь) С 150	Хлеб ржаной С 20	Хлеб пшеничный Я 15	Хлеб пшеничный Я 15
Хлеб пшеничный Я 15	Хлеб пшеничный Я 15		Хлеб ржаной Я 40	Хлеб ржаной Я 40
Хлеб ржаной А 30	Хлеб ржаной А 30			
<b>Полдник (до 3 лет)</b>				
Ряженка Я 130	Снежок Я 130	Йогурт питьевой Я 130	Ацидофилин Я 130	Кефир Я 130
Булочка десертная (повидло) Я 50	Печенье Сахарное 1шт.С 20	Крендель сахарный Я 30	Пряники в асс.23 г.д/с 23	Булочка Дорожная С 50
<b>Ужин (до 3 лет)</b>				
Биточки рубленые Я (фарш Особый) 50	Шницель рубленый из птицы Я (котлет мясо птицы) 50	Салат из моркови с яблоками Я (молодая) 40	Тефтели рыбные из горбуши с соусом Я (пбг) 50/30	Салат из моркови с сахаром Я (молодая) 40
Рагу из овощей Я 100/5	Каша пшеничная вязкая Я 100	Вареники ленивые отварные с мопоком сгущ С (соб) 100/20	Картофель запеченный с растительным маслом Я 110	Запеканка творожная с крошкой и мопоком
Чай с сахаром Я 150	Чай яблочный (местное) Я 150	Чай с сахаром Я 150	Чай лимонный Я 150	Чай с сахаром Я 150
Хлеб пшеничный Я 20	Хлеб пшеничный Я 20		Хлеб пшеничный Я 15	

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<b>Завтрак 1 (до 3 лет)</b>				
Батон с сыром С/Я 15/5	Батон с маслом и сыром Я 15/5/5	Батон с маслом Я 15/5	Батон с сыром С/Я 15/5	Батон с маслом Я 15/5
Каша молочная "Дружба" жидкая с сахаром и маслом (вода) Я 150/5/5	Омлет натуральный С 60	Каша молочная пшеничная жидкая с сахаром и маслом (вода) Я 150/5/5	Суп молочный гречневый Я (молоко, вода) 150	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом (вода) Я 150/5/5
Чай с молоком Я 150	Кофейный напиток с молоком (вода) Я 150	Чай с молоком Я 150	Какао с молоком Я (вода) 150	Чай с молоком Я 150
<b>Завтрак 2 (до 3 лет)</b>				
Сок С 130	Десерт фруктовый (яблоко ) С	Сок С 130	Десерт фруктовый (яблоко ) С	Сок С 130
<b>Обед (до 3 лет)</b>				
Щи из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Я 150	Салат из свеклы Я 40	Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной Я 150/40	Рассольник ленинградский на кур. бульоне Я 150	Суп лапша домашняя на кур. бульоне Я 150
Зразы рубленные из говядины Я паровые 60	Суп гороховый на кур. бульоне Я 150	Биточки рубленные Я (фарш Особый) 50	Котлета Пожарская из п/ф 56г 50	Жаркое по-домашнему из говядины Я (п/ф б/к цех) 25/125
Каша гречневая вязкая Я 100	Котлета рыбная Любительская С (навага) 60	Каша перловая вязкая Я 100	Рис отварной с овощами (морк пук) Я 100	Компот из яблок Я 150
Кисель из ягод (крахмал) Я 150	Картофельное пюре Я 100	Компот из ягод замороженной (смесь) С 150	Напиток лимонный Я 150	Хлеб пшеничный Я 20
Хлеб пшеничный Я 15	Напиток из апельсинов Я 150	Хлеб пшеничный Я 15	Хлеб пшеничный Я 15	Хлеб ржаной С 20
Хлеб ржаной А 30	Хлеб пшеничный Я 15	Хлеб ржаной А 30	Хлеб ржаной Я 40	
	Хлеб ржаной Я 40			
<b>Полдник (до 3 лет)</b>				
Ряженка Я 100	Снежок Я 130	Молоко кипяченое Я 100	Ацидофилин Я 130	Кефир С 100
Булочка домашняя Я 30	Плюшка Московская Я 30	Сушка 10г. д/с 2шт шт	Булочка Ванильная Я 30	Булочка Дорожная Я 30
<b>Ужин (до 3 лет)</b>				
Рагу из овощей Я 100/5	Макаронник с маслом Я 155/5	Запеканка рисовая с творогом с молоком сгущ Я 120/15	Картофель в молоке Я 170	Манник Я 100
Чай яблочный (местное) Я 150	Чай с сахаром Я 150	Чай лимонный без сахара Я 150	Чай с сахаром Я 150	Повидло порционное С 20
Хлеб пшеничный Я 20	Хлеб пшеничный Я 15		Хлеб пшеничный Я 20	Чай без сахара Я 150