МДОБУ детский сад №4 заведующий Д.В.Кондакова

# Плановое меню двухнедельное

*Столовая: Кухня*
*Сезон: Летне-осенний*
*Категория: Сад (с 3 до 7 лет)*
*Диета: Все*

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00B18AD2735B048DECF8026B62EEDBBEA8E
Владелец: Кондакова Диана Владимировна
Действителен: с 30.11.2022 до 23.02.2024

| Наименование блюда | Выход блюда (г) |
|---|---|
| **День 1** | |
| **Завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 182/3 Каша манная вязкая молочная | 200 |
| 412/2 Чай с лимоном | 200 |
| Хлеб пшеничный | 34 |
| 006 Масло(порциями) | 10 |
| **Итого** | **444** |
| **Второй завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 517 Печенье | 35 |
| 512 Сок фруктовый | 200 |
| **Итого** | **235** |
| **Обед** | |
| **Без диет** | |
| 087/1 Суп гороховый | 250 |
| 143/2 Капуста тушеная с мясом | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 43 |
| 396/1 Кисель | 200 |
| **Итого** | **692,5** |
| **Усиленный полдник** | |
| **Без диет** | |
| 229/1 Омлет натуральный | 85 |
| 054 Икра кабачковая консервированная | 100 |
| Хлеб пшеничный | 34 |
| 411/2 Чай с сахаром | 200 |
| **Итого** | **419** |
| **Итого за день** | **1790,5** |
| **День 2** | |
| **Завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 202/1 Запеканка творожно-манная со сметаной | 160 |
| 416/2 Какао с молоком | 200 |
| Хлеб пшеничный | 34 |
| **Итого** | **394** |
| **Второй завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 420/2 Кефир | 200 |
| **Итого** | **200** |
| **Обед** | |
| **Без диет** | |
| 518 Суп овощной со сметаной | 250 |
| 149/1 Картофельное пюре | 120 |
| 299/2 Котлеты мясные | 80 |
| 037 Салат свекольный | 65 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 43 |
| 512 Сок фруктовый | 200 |
| **Итого** | **757,5** |
| **Усиленный полдник** | |
| **Без диет** | |
| 182/5 Каша пшеничная вязкая молочная | 200 |
| Хлеб пшеничный | 34 |
| 411/2 Чай с сахаром | 200 |
| **Итого** | **434** |
| **Итого за день** | **1785,5** |
| **День 3** | |
| **Завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 220/2 Макароны с сыром | 130 |
| 412/2 Чай с лимоном | 200 |
| Хлеб пшеничный | 34 |
| **Итого** | **364** |
| **Второй завтрак** | |

| Наименование блюда | Выход блюда (г) |
|---|---|
| **Без диет** | |
| 386/1 Яблоки | 120 |
| **Итого** | **120** |
| **Обед** | |
| **Без диет** | |
| 084/2 Суп гречневый со сметаной | 250 |
| 055/1 Икра свекольная | 160 |
| 432/1 Оладьи из печени | 60 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 43 |
| 394/1 Компот из смеси сухофруктов | 200 |
| **Итого** | **712,5** |
| **Усиленный полдник** | |
| **Без диет** | |
| 100/2 Суп молочный с вермишелью | 200 |
| 414/2 Кофейный напиток с молоком | 200 |
| Хлеб пшеничный | 34 |
| **Итого** | **434** |
| **Итого за день** | **1630,5** |
| **День 4** | |
| **Завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 245/2 Сырники со сметаной | 120 |
| 416/2 Какао с молоком | 200 |
| Хлеб пшеничный | 34 |
| **Итого** | **354** |
| **Второй завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 386/1 Яблоки | 120 |
| Вафли | 35 |
| **Итого** | **155** |
| **Обед** | |
| **Без диет** | |
| 089/2 Свекольник со сметаной | 250 |
| 149/1 Картофельное пюре | 120 |
| 272/2 Котлеты рыбные любительские | 80 |
| 010 Салат из свежей капусты* | 60 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 43 |
| 394/1 Компот из смеси сухофруктов | 200 |
| **Итого** | **752,5** |
| **Усиленный полдник** | |
| **Без диет** | |
| 227 Яйца вареные | 1 шт |
| 514 Горошек консервированый | 65 |
| Хлеб пшеничный | 34 |
| 411/2 Чай с сахаром | 200 |
| **Итого** | **339** |
| **Итого за день** | **1600,5** |
| **День 5** | |
| **Завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 199/2 Каша 'Геркулес' жидкая на молоке | 200 |
| 414/2 Кофейный напиток с молоком | 200 |
| 520 Хлеб пшеничный | 44 |
| 006 Масло(порциями) | 10 |
| **Итого** | **454** |
| **Второй завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 517 Печенье | 35 |
| 411/2 Чай с сахаром | 200 |
| **Итого** | **235** |
| **Обед** | |
| **Без диет** | |
| 117/4 Бульон куриный с яйцом | 250 |
| 321/1 Плов из птицы | 160 |
| 016 Салат летний | 85 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 43 |
| 390/1 Компот из свежих фруктов | 200 |
| **Итого** | **737,5** |
| **Усиленный полдник** | |
| **Без диет** | |

| Наименование блюда | Выход блюда (г) |
|---|---|
| 442/2 Пирог с повидлом | 100 |
| 512 Сок фруктовый | 200 |
| 386/1 Яблоки | 120 |
| **Итого** | **420** |
| **Итого за день** | **1846,5** |
| **День 6** | |
| **Завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 182/6 Каша ячневая вязкая молочная | 200 |
| Хлеб пшеничный | 34 |
| 007/1 Сыр (порциями) | 15 |
| 414/2 Кофейный напиток с молоком | 200 |
| **Итого** | **449** |
| **Второй завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 510 Пряники | 50 |
| 394/1 Компот из смеси сухофруктов | 200 |
| **Итого** | **250** |
| **Обед** | |
| **Без диет** | |
| 086/4 Суп рисовый | 250 |
| 143/2 Капуста тушеная с мясом | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 43 |
| 398 Киселек 'Витаминизированый' | 200 |
| **Итого** | **692,5** |
| **Усиленный полдник** | |
| **Без диет** | |
| 227 Яйца вареные | 1 шт |
| 516 Кукуруза консервированная | 80 |
| Хлеб пшеничный | 34 |
| 411/2 Чай с сахаром | 200 |
| **Итого** | **354** |
| **Итого за день** | **1745,5** |
| **День 7** | |
| **Завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 251/2 Запеканка из творога со сгущенкой | 140 |
| 416/2 Какао с молоком | 200 |
| Хлеб пшеничный | 34 |
| **Итого** | **374** |
| **Второй завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 386/1 Яблоки | 120 |
| **Итого** | **120** |
| **Обед** | |
| **Без диет** | |
| 080/2 Рассольник со сметаной | 250 |
| 137/2 Картофельное пюре | 140 |
| 299/2 Котлеты мясные | 80 |
| 016 Салат летний | 85 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 43 |
| 398 Киселек 'Витаминизированый' | 200 |
| **Итого** | **797,5** |
| **Усиленный полдник** | |
| **Без диет** | |
| 199/1 Каша пшённая жидкая на молоке | 200 |
| 411/2 Чай с сахаром | 200 |
| Хлеб пшеничный | 34 |
| **Итого** | **434** |
| **Итого за день** | **1725,5** |
| **День 8** | |
| **Завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 229/1 Омлет натуральный | 85 |
| 054 Икра кабачковая консервированная | 100 |
| 414/2 Кофейный напиток с молоком | 200 |
| Хлеб пшеничный | 34 |
| 006 Масло(порциями) | 10 |
| **Итого** | **429** |
| **Второй завтрак** | |

| Наименование блюда | Выход блюда (г) |
|---|---|
| **Без диет** | |
| 386/1 Яблоки | 120 |
| **Итого** | **120** |
| **Обед** | |
| **Без диет** | |
| 063 Борщ со свежей капустой | 250 |
| 137/2 Картофельное пюре | 140 |
| 273/2 Котлеты рыбные | 80 |
| 010 Салат из свежей капусты | 60 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 43 |
| 396/1 Кисель | 200 |
| **Итого** | **772,5** |
| **Усиленный полдник** | |
| **Без диет** | |
| 182/4 Каша рисовая вязкая молочная | 200 |
| Хлеб пшеничный | 34 |
| 411/2 Чай с сахаром | 200 |
| **Итого** | **434** |
| **Итого за день** | **1755,5** |
| **День 9** | |
| **Завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 251/2 Запеканка творожно-манная со сгущенкой | 140 |
| 414/2 Кофейный напиток с молоком | 200 |
| Хлеб пшеничный | 34 |
| **Итого** | **374** |
| **Второй завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 517 Печенье | 35 |
| 394/1 Компот из смеси сухофруктов | 200 |
| **Итого** | **235** |
| **Обед** | |
| **Без диет** | |
| 095 Суп с рыбными консервами | 250 |
| 330/1 Гречка рассыпчатая | 140 |
| 294/2 Бефстроганов | 80 |
| Огурцы соленые | 40 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 43 |
| 512 Сок фруктовый | 200 |
| **Итого** | **752,5** |
| **Усиленный полдник** | |
| **Без диет** | |
| 182/5 Каша пшеничная вязкая молочная | 200 |
| 411/2 Чай с сахаром | 200 |
| Хлеб пшеничный | 34 |
| **Итого** | **434** |
| **Итого за день** | **1795,5** |
| **День 10** | |
| **Завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 182/3 Каша манная вязкая молочная | 200 |
| Хлеб пшеничный | 34 |
| 411/2 Чай с сахаром | 200 |
| **Итого** | **434** |
| **Второй завтрак** | |
| **Без диет** | |
| 386/1 Яблоки | 120 |
| **Итого** | **120** |
| **Обед** | |
| **Без диет** | |
| 091 Суп куриный с клецками | 250 |
| 321/1 Плов из птицы | 160 |
| 016 Салат летний | 85 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 43 |
| 390/1 Компот из свежих фруктов | 200 |
| **Итого** | **737,5** |
| **Усиленный полдник** | |
| **Без диет** | |
| 453 Булочка домашняя | 65 |
| 512 Сок фруктовый | 200 |

| Наименование блюда | Выход блюда (г) |
|---|---|
| 386/1 Яблоки | 120 |
| **Итого** | **385** |
| **Итого за день** | **1676,5** |