

Утверждаю:
Зав. МБДОУ № 32 г. Азова *В. В. Волосных*
Приказ от 25.12.2020 г. № 116

Примерное 10 - дневное меню для организации питания детей МБДОУ № 32 г. Азова

(составлено на основании СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", сборника рецептов на продукцию для питания детей в ДОО (под редакцией М. П. Могильного, 2015))

Понедельник 1 день		Вторник 2 день		Среда 3 день		Четверг 4 день		Пятница 5 день	
Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Завтрак 1 день		Завтрак 2 день		Завтрак 3 день		Завтрак 4 день		Завтрак 5 день	
Каша с фруктами (рецептура № 195)	150/200	Запеканка со свежими плодами (рецептура № 199)	160/220	Лапшевник с творогом (рецептура № 226)	130/150	Пюре картофельное (рецептура № 339)	120/150	Вареники ленивые (отварные) (рецептура № 224)	110/150
Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/200	повидло	10/20	сметана	20/20	Сельдь (рецептура № 83)	50/70	сметана	20/25
Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	36/42	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200	Какао с молоком (рецептура № 416)	200/200	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/200	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200
		Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/35	Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/30	Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	36/47	Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/30
						Хлеб пшеничный	10/15		
Второй завтрак 1 день		Второй завтрак 2 день		Второй завтрак		Второй завтрак 4 день		Второй завтрак 5 день	
Сок или напиток	90/100	Сок или напиток	100/100	Сок или напиток	100/100	Сок или напиток	95/100	Сок или напиток	95/100

Обед 1 день		Обед 2 день		Обед 3 день		Обед 4 день		Обед 5 день	
Салат из соленых огурцов с луком и зеленым горошком (рецептура № 20)	50/50	Салат из свеклы (рецептура № 34)	50/50	Салат из квашеной капусты (рецептура № 17-6)	50/50	Салат из соленых помидоров и огурцов (рецептура № 20-2)	50/50		
Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 63)	150/200	Суп картофельный с бобовыми (рецептура № 87)	150/200	Суп картофельный с клецками (рецептура № 91)	150/200	Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 63)	150/200	Борщ летний (со свеклой) (рецептура № 70)	150/200
Котлета рубленая (рецептура № 298)	60/70	Котлета рыбная запеченная (рецептура № 271)	70/80	Плов из птицы (рецептура № 321)	160/200	Тефтели (рецептура № 303)	70/80	Говядина тушеная с капустой (рецептура № 371)	160/200
Гарнир- каша крупяная вязкая (рецептура № 331)	120/150	гарнир – картофель отварной (рецептура 336)	120/150			Соус томатный с овощами (рецептура 349)	20/20		
Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	гарнир – каша вязкая крупяная (рецептура 331)	100/130	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200
Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	40/40	Хлеб пшеничный	30/40	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Хлеб пшеничный	30/40
Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб ржаной	40/50
						Хлеб ржаной	40/50		

Полдник 1 день		Полдник 2 день		Полдник 3 день		Полдник 4 день		Полдник 5 день	
Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135/150	Ряженка (рецептура № 420)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135/150
Кондитерское изделие	7/20	Булочка домашняя (рецептура 452)	70/70	Кондитерское изделие	7/20	Кондитерское изделие	7/20	Кондитерское изделие	7/20
Свежие фрукты	80/ 75	Свежие фрукты	80/ 75	Свежие фрукты	60/ 60	Свежие фрукты	85/ 79	Свежие фрукты	80/ 75
Ужин 1 день		Ужин 2 день		Ужин 3 день		Ужин 4 день		Ужин 5 день	
Яйцо варёное (рецептура № 227)	35/35	Кондитерское изделие	10/15	Салат из овощей (рецептура № по сезону)	70/50	Яйцо вареное	35/35	Салат из горошка зеленого консервированного (рецептура № 10)	50/50
Икра свекольная (рецептура №55)	160/200	Каша пшенная молочная жидкая (рецептура № 199)	200/250	Омлет с сыром (рецептура № 230)	150/190	Суп молочный с макаронными изделиями (рецептура № 100)	200/250	Запеканка картофельная с печенью (рецептура № 308) Соус томатный с овощами (рецептура № 349)	180/200 20/20
Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200	Какао с молоком (рецептура № 416)	200/200	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/200	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200	Какао с молоком (рецептура № 416)	200/200
Хлеб пшеничный	10/20			Хлеб пшеничный	10/20			Хлеб пшеничный	10/20

Понедельник 6 день		Вторник 7 день		Среда 8 день		Четверг 9 день		Пятница 10 день	
Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Завтрак 6 день		Завтрак 7 день		Завтрак 8 день		Завтрак 9 день		Завтрак 10 день	
				Запеканка из творога с рисом (рецептура № 250)	130/155			Сырники из творога (рецептура № 245)	110/150
Каша рассыпчатая пшеница с фруктами (рецептура № 181)	130/180	Яйцо вареное (рецептура № 227)	35/35	сметана	20/20	Картофель отварной (рецептура № 336)	120/150	сметана	20/20
Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/200	Каша гречневая молочная жидкая (рецептура № 199)	150/200	Какао с молоком (рецептура № 642)	200/200	Рыба отварная (рецептура № 256)	50/70	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200
Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	36/47	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200	Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/30	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/200	Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/30
		Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/40			Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	36/48		
Второй завтрак 6 день		Второй завтрак 7 день		Второй завтрак 8 день		Второй завтрак 9 день		Второй завтрак 10 день	
Сок или напиток	95/100	Сок или напиток	100/100	Сок или напиток	100/100	Сок или напиток	90/100	Сок или напиток	90/100

Обед 6 день		Обед 7 день		Обед 8 день		Обед 9 день		Обед 10 день	
Салат из свеклы с зеленым горошком (рецептура № 35)	50/50	Салат из соленых помидоров с луком (рецептура № 20-1)	50/50	Салат из квашеной капусты (рецептура № 17-6)	50/50	Салат из свеклы (рецептура № 34)	50/50	Салат из соленых огурцов с луком, зеленым горошком (рецептура № 20)	50/50
Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 63)	150/200	Суп картофельный с бобовыми (рецептура № 87)	150/200	Суп картофельный с макаронными изделиями (рецептура № 88)	150/200	Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 63)	150/250	Рассольник на мясном бульоне (рецептура № 80)	150/200
Плов из мяса (рецептура № 295)	160/200	Рыба припущенная (рецептура № 259)	70/80	Котлета рубленая из кур (рецептура № 324)	60/80	Макаронник с печенью (рецептура № 309)	160/210	Бефстроганов из отварного мяса (рецептура № 294)	70/70
		гарнир - пюре картофельное (рецептура № 339)	120/150	Гарнир- каша крупяная вязкая (рецептура № 331)	100/130			гарнир - пюре картофельное (рецептура № 339)	120/150
Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200
Хлеб пшеничный	35/39	Хлеб пшеничный	30/45	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40
Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50
Полдник 6 день		Полдник 7 день		Полдник 8 день		Полдник 9 день		Полдник 10 день	
Ряженка (кефир) (рецептура № 645)	135/150	Ряженка (рецептура № 645)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 645)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 645)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 645)	135/150
Кондитерское изделие	7/20	Кондитерское изделие	7/20	Кондитерское изделие	7/20	Булочка домашняя (рецептура 452)	70/70	Кондитерское изделие	7/20

Свежие фрукты	80/ 80	Свежие фрукты	80/ 80	Свежие фрукты	80/ 75	Свежие фрукты	80/ 75	Свежие фрукты	60/ 60
Ужин 6 день		Ужин 7 день		Ужин 8 день		Ужин 9 день		Ужин 10 день	
Винегрет овощной (рецептура № 46)	60/60	Рагу из овощей (рецептура № 148)	200/230	Салат из горошка зеленого консервированного (рецептура № 10)	50/50	Кондитерское изделие	10/20	Яйцо вареное (рецептура № 227)	35/35
Блинчики (рецептура № 432)	150/180							Котлета капустная (рецептура № 155)	150/180
Повидло	10/20			Омлет натуральный (рецептура № 229)	180/180	Каша овсяная молочная жидкая (рецептура № 199)	200/250	Соус томатный с овощами (рецептура № 349)	20/20
Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200	Какао с молоком (рецептура № 416)	200/200	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/200	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 637)	200/200	Какао с молоком (рецептура № 416)	200/200
		Хлеб пшеничный	10/20	Хлеб пшеничный	10/20			Хлеб пшеничный	10/20

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575782

Владелец Волосных Светлана Владимировна

Действителен с 15.03.2021 по 15.03.2022