



Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 314
города Ростова-на-Дону
Н.А. Юдина

ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ НА ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД 2023 г.

детский сад 12 часов пребывания

возрастные категории 2-3, 3-7 лет

МБДОУ № 314

Меню ЗИМА-ВЕСНА (сб. Перевалова) 2023г

Сад

Первый день	Второй день	Третий день	Четвертый день	Пятый день	Шестой день	Седьмой день	Восьмой день	Девятый день	Десятый день
Завтрак									
Омлет натуральный 120 Икра кабачковая промышленного производства) 50	Суп молочный с крупой пшениной 200	Суп молочный с крупой манной 200	Рыба, тушеная в томате с овощами 80 Каша пшеничная вязкая 120 Овощи отварные (морковь) 60	Запеканка рисовая с творогом, со сметаной 155	Макаронные изделия отварные 120 Икра кабачковая (промышленного производства) 50	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая 200	Каша "Дружба" 180	Рыба польски 80 Пюре картофельное 130 Капуста тушеная 60	Запеканка из творога с морковью, со сметаной 155
Хлеб пшеничный формовой 40 Масло сливочное (порциями) 5	Хлеб пшеничный формовой 40 Масло сливочное (порциями) 5 Сыр полутвердый (порциями) 13	Хлеб пшеничный формовой 30 Масло сливочное (порциями) 5 Сыр полутвердый (порциями) 13	Хлеб пшеничный формовой 35 Масло сливочное (порциями) 5	Хлеб пшеничный формовой 40 Масло сливочное (порциями) 5	Хлеб пшеничный формовой 40 Масло сливочное (порциями) 5	Хлеб пшеничный формовой 40 Масло сливочное (порциями) 5 Сыр полутвердый (порциями) 13	Хлеб пшеничный формовой 40 Масло сливочное (порциями) 5 Сыр полутвердый (порциями) 13	Хлеб пшеничный формовой 40 Масло сливочное (порциями) 5	Хлеб пшеничный формовой 40 Масло сливочное (порциями) 5
Чай с сахаром 200	Чай с сахаром 200	Какао с молоком 200	Чай с сахаром 200	Чай с сахаром 200	Чай с сахаром 200	Какао с молоком 200	Кофейный напиток с молоком 200	Чай с сахаром 200	Чай с сахаром 200
Завтрак 2									
Соки овощные, фруктовые и ягодные 160	Соки овощные, фруктовые и ягодные 160	Соки овощные, фруктовые и ягодные 160	Фрукты свежие (яблоки) 100	Фрукты свежие (яблоки) 100	Соки овощные, фруктовые и ягодные 160	Соки овощные, фруктовые и ягодные 160	Фрукты свежие (яблоки) 100	Соки овощные, фруктовые и ягодные 160	Фрукты свежие (яблоки) 100
Обед									
Суп картофельный с бобовыми 200	Щи из свежей капусты с картофелем 200	Суп картофельный с крупой 200	Суп из овощей 200	Борщ с капустой и картофелем 200	Суп крестьянский с крупой 200	Суп картофельный с фрикадельками 200	Суп с макаронными изделиями и картофелем 200	Свекольник 200	Суп картофельный клецками 200
Ттица в соусе с томатом 80 Макаронные изделия отварные 130	Суфле из печени 80 Пюре картофельное 130	Кнели говяжьи с рисом 80	Котлеты из говядины 80 Картофель отварной с маслом 130	Гуляш из отварной говядины 80 Пюре картофельное 130	Птица отварная 80 Пюре картофельное 130	Печень говяжья по-строгановски 80 Каша пшеничная вязкая 130	Бифштекс рубленый паровой 80 Каша гречневая рассыпчатая 130	Плов из говядины 180	Жаркое домашнему 180

