



примерное десятидневное меню МБДОУ-детский сад №92 утверждаю:

заведующий /З.Н.Габдуллина / 20.12.2023 год

1 ДЕНЬ	завтрак	
7.н066-1	Каша манная молочная со сливочным маслом.	0.2
8.13/10	Кофейный напиток с молоком 200г	0.2
7.435/7	Сыр 11 гр	0.011
7.035/4	Батон с маслом 40/8 гр	0.048
	Второй завтрак	
7.н008	Яблоко 120 гр.	0.12
	Обед	
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0.04
7.062	Хлеб пшеничный 40 гр	0.04
7.6/10	Компот из сухофруктов 200 гр.	0.2
7.64с	Картофельное пюре.	0.15
7.7/2/2	Щи из свежей капусты с крупой и сметаной 180гр	0.18
7.н163/9	Котлета мясная 90 гр	0.09
	Уплотненный полдник	
7.1/1/7	Джем 20 г	0.02
7.15/13/1	Напиток из вишни	0.2
7.н039-3	Запеканка творожная 120 гр	0.12

2 ДЕНЬ	завтрак	
7.4/4/1	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным 180г	0.18
7.435/7	Сыр 11 гр	0.011
7.035/4	Батон с маслом 40/8 гр	0.048
7.079	Чай с молоком.	0.048
	Второй завтрак	
7.210-3	Апельсин 90 гр	0.09
	Обед	
7.н151-7	Макаронные изделия отварные*1	0.2
7.2/7.	Рыба отварная под маринадом 180 гр.	0.18
7.05	Хлеб пшеничный 20 гр	0.02
7.н003-1	Хлеб ржаной 20 гр	0.02
7.н086-7	Суп гороховый со сметаной 200 гр	0.2
7.6/10.	Компот из сухофруктов 200 гр.	0.2
	Уплотненный полдник	
7.15/13	Напиток из вишни	0.2
7.4/6/6	Омлет с картофелем (запеченный) - 130 гр.	0.13
7.05	Хлеб пшеничный 20 гр	0.02

3 ДЕНЬ	завтрак	
7.035/10	Батон с маслом 35/6 гр	0.041
7.н124с-2	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом .	0.2
7.435/7	Сыр 11 гр	0.011
8.13/10	Кофейный напиток с молоком 200г	0.2
	Второй завтрак	
2021/033/5	2021/033/5	0.1
	Обед	
7.043с	Суп овощной на мясном бульоне со сметаной	0.2
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0.04
7.062	Хлеб пшеничный 40 гр	0.04
7.6/10.	Компот из сухофруктов.	0.2
7.38/8/1	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом	0.2
	Уплотненный полдник	
7.351/2	Сгущенное молоко 23 гр	0.023
7.н039-3	Запеканка творожная 120 гр	0.12
7.387/1	Кисель с плодово-ягодным вкусом	0.2

4 ДЕНЬ	завтрак	
7.н119с	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	0.2
7.035/1	Батон с маслом 40/6 гр	0.046
7.029	Кофейный напиток на молоке	0.15
	Второй завтрак	
7.403/4	Бискефир 120 г	0.12
	Обед	
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0.04
7.062	Хлеб пшеничный 40 гр	0.04
7.6/10.	Компот из сухофруктов 200 гр.	0.2
4.1/1/3	Чеснок	0.005
7.н39с/2	Борщ с мясом со сметаной 150 гр	0.15
7.64с	Картофельное пюре.	0.15
7.н164/2	Рыба, тушенная с овощами в томате 100г	0.1
	Уплотненный полдник	
7.38/3/1	Запеканка морковная 130 гр.	0.13
7.15/10/4	Напиток из шиповника.	0.02

5 ДЕНЬ	завтрак	
7.035/1	Батон с маслом 40/6 гр	0.046
7.435/7	Сыр 11 гр	0.011
7.285	Какао с молоком	0.2
4.15/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	0.2
	Второй завтрак	
7.403/4	Бискефир 120 г	0.12
	Обед	
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0.04
7.062	Хлеб пшеничный 40 гр	0.04
7.6/10.	Компот из сухофруктов 200 гр.	0.2
7.30/2/1	Уха рыбацкая 0,250	0.25
7.9/8/5	Печень по-строгановски 90 гр.	0.09
7.10/4/2	Каша перловая вязкая с маслом сливочным 150г	0.15
	Уплотненный полдник	
7.425/4	Салат из квашеной капусты с луком 60 гр	0.06
7.63с	Картофель отварной.	0.06
11	чай с сахаром	0.2

6 ДЕНЬ	завтрак	
7.285/2	Какао с молоком..	0.2
7.035/4	Батон с маслом 40/6 гр	0.048
7.435/7	Сыр 11 гр	0.011
7.н043	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	0.2
	Второй завтрак	
7.031	Сок фруктовый 100 г	0.1
8.106/1	Печенье 25г	0.025
	Обед	
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0.04
7.062	Хлеб пшеничный 40 гр	0.04
7.6/10.	Компот из сухофруктов 200 гр.	0.2
7.165-1	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	0.2
7.12/8/3	Гуляш из отварного мяса говядины 50/50 гр.	0.1
7.076-1	Каша гречневая рассыпчатая 150г	0.15
	Уплотненный полдник	
7.н077	Сырники из творога..	0.15
11	чай с сахаром	0.2
7.351/2	Сгущенное молоко для запеканок	0.023

7 ДЕНЬ	завтрак	
38207	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	0.2
7.035/1	Батон с маслом 40/6 гр	0.046
7.11/10/1	Чай с лимоном 180 гр	0.18
	Второй завтрак	
7.223/1	фрукты	0.15
	Обед	
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0.04
7.062	Хлеб пшеничный 40 гр	0.04
7.6/10.	Компот из сухофруктов 200 гр.	0.2
7.5/2/2	Свекольник со сметаной 180гр	0.18
8.43-2/3	Макаронные изделия отварные с сыром 180г	0.15
7.50.	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0.005
7.61р/4	Суфле рыбное 90г	0.09
	Уплотненный полдник	
7.12/12/р	Булочка Ягодка	0.05
7.15/13/1	Напиток из вишни 180г	0.18
7.180-1	Рагу из овощей.	0.15

8 ДЕНЬ	завтрак	
7.н162-1	Каша рисовая молочная со сливочным маслом.	0.2
7.035/1	Батон с маслом 40/6 гр	0.046
7.285/1	Какао с молоком.	0.2
	Второй завтрак	
7.302	фрукты	0.1
	Обед	
7.н76с/1/1	Капуста тушеная.0,145	0.145
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0.04
7.062	Хлеб пшеничный 40 гр	0.04
7.6/10.	Компот из сухофруктов 200 гр.	0.2
7.274/8	Суп крестьянский с мясом со сметаной 180г.	0.18
7.н177	Котлета мясо-картофельная по-хлыновски.	0.08
	Уплотненный полдник	
7.351	Сгущенное молоко 20 гр	0.02
7.7/5/1	Сырники из творога с картофелем в сметанном сое	0.17
7.387/1	Кисель с плодово-ягодным вкусом	

9 ДЕНЬ	завтрак	
7.035/10	Батон с маслом 35/6 гр	0.041
7.13/10/5	Кофейный напиток с молоком*1	0.2
7.186.	Каша из гречи и пшена молочная ("Дружба 1") с м	0.2
	Второй завтрак	
7.386	Молоко (кипяченое) 200г	0.2
	Обед	
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0.04
7.062	Хлеб пшеничный 40 гр	0.04
7.6/10.	Компот из сухофруктов 200 гр.	0.04
7.18-8	Зразы или рулет из рыбы 80 гр.	0.2
7.н39с/3	Борщ со сметаной 250 гр	0.08
7.64с	Картофельное пюре.	0.15
	Уплотненный полдник	
	чай с сахаром	0.2
7.29/1	Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол.огурцом раст.мас 60гр.	0.06

10 ДЕНЬ	завтрак	
7.035/10	Батон с маслом 35/6 гр	0.04
7.079	Чай с молоком.	0.2
7.123/1	Омлет с зеленым горошком.	0.15
	Второй завтрак	
7.403/4	Бискефир 120 г	0.12
	Обед	
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0.04
7.062	Хлеб пшеничный 40 гр	0.04
7.6/10.	Компот из сухофруктов 200 гр.	0.2
7.9/8/2	Печень по-строгановски 80 гр.	0.08
7.45/3/4	Каша рисовая рассыпчатая .	0.15
7.043с-3	Суп овощной с мясом.	
	Уплотненный полдник	
7.21/2/1	Суп молочный с лапшой 0,25	0.25
7.063	Напиток из шиповника	0.2
7.120-2	мармелад	0.03

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022168

Владелец Габдуллина Залия Наилевна

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024