


 (подпись)
 (должность)
 (ФИО)
 01.09.2025 (дата)

УТВЕРЖДАЮ
 (подпись)
 (ФИО)
 01.09.2025 (дата)



План-меню: Меню обычное
 Категория: Детский сад с пищевой аллергией

День 1		День 2		День 3		День 4		День 5	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша пшенная жидкая на воде	170	Каша рисовая на воде	180	Каша ячневая вязкая на воде	165	Каша гречневая вязкая на воде	170	Каша рисовая жидкая на воде	170
Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200
Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30
Джем	5		5	Джем	5			Джем	5
ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2	
Плоды свежие (яблоки) - 126 (1)	200	Соки овощные, фруктовые и ягодные - 532 (1)	190	Компот из свежих плодов - 521	200	Плоды свежие (яблоки) - 126 (1)	180	Компот из свежих плодов или ягод - 521с	200
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Салат витаминный - 1	50	Салат из свеклы отварной - 60	50	Овощи натуральные (помидоры) - 120 (1)	50	Салат из свежих помидоров и огурцов - 18	50	Яйца вареные - 310	50
Свекольник без сметаны - 145	180	Щи из свежей капусты без сметаны - 154	180	Рассольник домашний без сметаны - 146	180	Уха рыбацкая - 166	180	Суп картофельный с макаронными изделиями - 161	180
Гуляш из мяса - 378	80	Жаркое по-домашнему - 379	200	Рыба припущенная	70	Печень тушеная	70	Мясо отварное - 363	70
Макаронные изделия отварные - 432	130	Хлеб пшеничный - 122	30	Рис припущенный - 425	130	Картофельное пюре на воде - 441	150	Капуста тушеная - 435	130
Хлеб ржаной - 123	40	Хлеб ржаной - 123	40	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30
Напиток из шиповника - 533	180	Компот из смеси сухофруктов - 522	180	Хлеб ржаной - 123	40	Хлеб ржаной - 123	40	Хлеб ржаной - 123	40
				Напиток из шиповника - 533	180	Компот из смеси сухофруктов - 522	180	Кисель из сока натурального - 382 М	180
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	180	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	180	Кофейный напиток	180	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200
Сдоба обыкновенная - 584	70	Булочка молочная - 580	70	Ватрушки с повидлом - 554	70	Батон нарезной - 125	40	Пряники - 603	70
						Джем	30		

День 6		День 7		День 8		День 9		День 10	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша "Дружба" на воде	170	Каша овсяная из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая на воде	170	Каша пшенная на воде	170	Каша рисовая жидкая на воде	170	Каша пшеничная жидкая на воде	170
Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200
Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30
	5	Джем	5			Джем	5		5
ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2	
Соки овощные, фруктовые и ягодные - 532 (1)	190	Плоды свежие (яблоки) - 126 (1)	200	Плоды свежие (яблоки) - 126 (1)	180	Плоды свежие (банан) - 126 (5)	100	Компот из свежих плодов - 521	200
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Винегрет овощной - 90	50	Суп крестьянский с крупой без сметаны - 169	180	Салат из кукурузы (консервированной) - 12 М	50	Овощи натуральные (огурец) - 120 (2)	50	Суп картофельный с клецками - 160	180
Щи из свежей капусты с картофелем без сметаны - 156	180	Плов из отварного мяса - 380	200	Суп картофельный - 77М	180	Борщ из свежей капусты без сметаны - 140	180	Кура отварная	70
Котлеты, биточки, шницели - 391	70	Хлеб пшеничный - 122	30	Гуляш из отварного мяса - 377	70	Котлеты или биточки рыбные - 356	80	Пюре из гороха с маслом - 423	130
Макаронные изделия отварные - 432	130	Хлеб ржаной - 123	40	Каша гречневая рассыпчатая - 252	130	Картофельное пюре на воде - 441	150	Хлеб пшеничный - 122	30
Соус томатный - 465	20	Напиток из шиповника - 533	180	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб ржаной - 123	40
Хлеб ржаной - 123	40			Хлеб ржаной - 123	40	Хлеб ржаной - 123	40	Компот из смеси сухофруктов - 522	180
Компот из смеси сухофруктов - 522	180			Компот из смеси сухофруктов - 522	180	Кисель из сока натурального - 382 М	180		
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Кофейный напиток	180	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	180	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	180	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Кофейный напиток	180
Шанежка наливная - 564	70	Булочка "Алтайская" - 572	70	Салат из моркови и яблок	80	Яблоко запеченное	80	Батон нарезной - 125	40
							20	Джем	30