

Примерное меню (3 - 7 лет)

Утверждаю: Заведующий МАДОУ № 52 Т.П. Ключко
Приказ №8 от 09.01.2025

Завтрак

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Тк 7Масло сл 5гр Тк 11/4 Каша пшённная 180гр Хлеб пш.30гр.	Тк 5/4Каша манная180гр Хлеб пш.30гр.	Тк 2/5 Запеканка рисовая с творогом и сгущ. молоком 150 гр /16гр Хлеб пш.30гр.	Тк5/13 Сыр7гр. Тк 8/4 Каша геркулесовая жидкая 180 гр Хлеб пш.30 гр.	Тк 7Масло сл 5гр Тк 16/4 Каша «Дружба» 180гр. Хлеб пш.30гр.	Тк 7Масло сл 5 гр Тк 11/4 Каша пшённная 180гр Хлеб пш.30гр.	Тк19/5Суфле творож. 120гр со сгущ.молоком15г Хлеб пш.25гр.	Тк7Масло слив. 5гр Тк 14/4 Каша ячневая 180гр Хлеб пш.25гр.	Тк 7/4 Каша рисовая. 180гр Хлеб пш.20гр.	Тк5/13 Сыр 7гр Тк 8/4Каша геркулесовая жидкая 180 гр Хлеб пш.30гр.
Тк 10/10/1Чай 200 гр	Тк 14/10 Какао 200 гр.	Тк10/10/1Чай.20	Тк 13/10 Кофейный напиток 200г	Тк 14/10 Какао 200 гр.	Тк 10/10/1Чай с 200 гр	Тк13/10Кофейный напиток 200гр	Тк 14/10Какао 200 гр.	Тк 10/10/1Чай 200 гр	Тк 13/10 Кфейный напиток 200гр

2 завтрак

Сок 100 гр.	Сок 100 гр	Фрукты 180гр	Сок 100 гр.	Сок 100 гр.	Фрукты180р	Сок 100 гр.	Сок 100гр.
-------------	------------	--------------	-------------	-------------	------------	-------------	------------

обед

Тк23/1С-т из свеклы с соевым огурцом 50 гр Тк 31/2 Суп крестьянский с крупой и сметаной 200гр Хлеб Сила 37,5г	Тк 82 Винегрет овощной 50 гр. Тк 14/2 Суп овощной со сметаной 200гр Хлеб сила 37,5г	Тк29/1 С-т свекла с яблоками 50 Тк 162 Суп лапша домашняя 200гр. Хлеб сила 37,5гр	Тк 13/1С-т морковь с кукурузой 50 гр Тк5/2Свекольник со сметаной 200 гр Хлеб сила 37,5гр.	Тк32/1С-т картоф.с зел.гор. Тк19/2Суп картоф. с рыбой 200 гр Хлеб сила 37,5гр.	Тк 25 С-т овощной 50 гр Тк2/2Борщ со сметаной 200гр Хлеб сила 37,5гр	Тк82 Винегрет овощной 50 гр. Тк 6/2 Щи из свежей капусты и сметаной 200гр Хлеб сила 37,5гр.	Тк 24/1С-т из свеклы с зел гор.и яблок50 гр Тк 11/2 Рас-сольник200гр Хлеб сила37,5гр.	Тк 30/1 С-т «зимний» 50гр Тк 27/2 Суп-пюре из разных овощей с гречками.200/16 Хлеб сила37,5гр	Тк13/1 С-т морковь с кукурузой 50гр Тк17/2 Суп картофельный с горохом 200гр Хлеб сила 37,5гр.
Тк 32/8Голубцы ленивые 70 г.	Тк374Жаркое по домашнему 180гр	Тк9/7 Биточки рыбные 50 гр.	Тк2/9Мясо кур отварное в соусе 130 гр	Тк5/9Биточки из кури 70,0гр	Тк4/8Плов 170гр	Тк 16/8 Биточки из гов.с молочным соусом 90гр	Тк8/3/2 Капуста тушеная с курой 160гр	Тк 8/9 Суфле из кур 60гр	Тк35/8/2 Суфле из печени 80гр
Тк 3/3 Пюре картофельное 100 гр.		Тк422Пюре из гороха 110 гр.	Тк 3/3 Пюре картофельное 100 гр	Ттк 8/3Капуста тушёная 100 гр		Тк 174Пюре картофельное 100 гр		Тк 11/4Морковь тушеная100 гр.	Тк ¼,8/4Картоф. пюре100Капуста туш 100гр
Тк 6/10 Компот из сухофруктов 200 гр	Тк 6/10 Компот из сухофруктов 200 гр	Тк 6/10Компот из сухофруктов 200гр	Тк372Компот из свежих яблок 200 гр	Тк 284 Н-к Валетек 200 гр.	Тк 516 Кисель 170 гр.	Тк 6/10 Компот из сухофруктов 200 гр	Тк 284 Н-к «Валетек»200 гр.	Тк 6/10 Компот из сухофруктов 200 гр	Тк 516 Кисель 170 гр.

полдник

Тк162/1Лапша домашняя молочная 180 гр Тк 746.Пирожок с капустой-63 гр. Хлеб пш.30 гр	Тк13/6Запеканка морк.с творогом и сгущ. молоком 120гр./15,0гр. Хлебпш.30гр.Яйцо вареное 40гр	Тк 5 Икра кабачковая 52 гр Тк36/8 Суфле из печени 70 гр Тк43/5Макароны отвар. 120 г Хлебпш.30гр.	Тк 2/4 Каша гречневая,молочная 185гр. Пряник 40гр Хлеб пш.30гр	Тк2/6/1 Омлет натур. 155 г .Тк 571Шанежка наливная65гр.Хлеб пш.20гр. .	Тк 13/5 Запеканка морковная ,сгущ молоко 135/15,0гр. Тк2/12Булочка творожная 65 г Хлеб пш.30гр.	Тк 5/4/1Каша манная 185 гр Тк 572 Шанежка с картофелем 55 гр. Хлеб пш.20гр.	Тк 10/7Кнели рыбные 50 гр Тк 4/4 Картоф пюре с морковью140гр Пряник 40гр Хлеб 30гр	Тк Тк5/1Икра кабачковая 44гр Тк1/3Картофель отварной100грТк5 Яйцо вареное 40гр Тк8/12Сдоба обыкн.55 гр Хлеб пш.20гр.	Тк9/7Биточки рыбные 50гр Тк 1/1 Зелёный горошек 45гр Тк43/5Макароны отвар.120гр Хлеб пш.30гр
к'молоч 180 г.	Тк 10/10/1Чай 200г	Тк 516 Кисель 170 гр.	к'молоч 180г.	Тк 10/10/1Чай 200гр	к'молоч 175 г.	Тк 10/10/1Чай 200г	к'молоч 180 г	Тк372Компот из свежих яблок 200 гр	Тк 10/10/1Чай