

Бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Омска

«Детский сад № 4»

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий БДОУ г. Омска

«Детский сад № 4»

_____ Е.В. Москалец

«21» марта 2024г.

Циклическое меню на 10 дней

Сезон: весенне-летнее

Категория: Сад (с 3- 7 лет)

Соль5 /6	Соль2 /5	Соль 2 /5	Соль 4 /5	Соль2 /6
Всего в обед 595 /716	Всего в Обед 592 /695	Всего Обед 602 / 695	Всего Обед 5844 / 695	Всего Обед 592 /726
Упл. полд. вкл блюдо уж	Упл. полд. вкл блюдо уж	Упл. полд. вкл блюдо уж	Упл. полд. вкл блюдо уж	Упл. полд. вкл блюдо уж
Пудинг рисовый с творогом 160 /180	Салат из картофеля с солёными огурцами 120 /140	Суфле морковно-яблочное 160 /180	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель) 180/200	Оладьи из печени, соус сметанный 60/30 80/30
Соус сметанный сладкий 30 /30	Шницель рыбный натуральный 80 /100	Соус молочный сладкий 30/30		Картофель отварной с растительным маслом 120 /140
Чай с молоком 150 /180	Чай сладкий 150 /180	Кисломолочный напиток 150 /180	Чай с лимоном 150 /180	Чай сладкий 150 /180
Хлеб пшеничный 30 /40	Хлеб пшеничный 30 /40	Хлеб пшеничный 30 /40	Хлеб пшеничный 30 /40	Хлеб пшеничный 30 /40
Зефир 30/30	Пряники 30/50	Булочка домашняя 60 /60	Ватрушка с джемом 60/60	Печенье 30/30
Банан (свежие плоды) 150/150	Салат из апельсинов (мандарин) 50/50		Груша (свежие плоды) с сахаром 70/70	Салат фруктовый с сиропом 70/70
Всего в Упл.полд. блюдо уж 550 /610	Всего в Упл.полд. вкл блюдо уж 460 /560	Всего в Упл.полд. вкл блюдо уж 430 /490	Всего в Упл.полд. вкл блюдо уж 490/550	Всего в Упл.полд. вкл блюдо уж 490 /570

Меню на 2 недели

6 День Понедельник		7 день Вторник		8 день Среда		9 день Четверг		10 день Пятница	
Завтрак Каша из "Геркулеса" молочная 180 /200	Омлет натуральный 100 /120	Завтрак Каша кукурузная молочная 180 /200		Завтрак Запеканка из творога с морковью 140 /160		Завтрак Соус из кураги 40/40		Завтрак Каша ячневая молочная 180 /200	
		Бутерброд с маслом сыром 30/ 5 /10 40/5/15		бутерброд с маслом 30/5 40/5		бутерброд с маслом, 30/5 40/5		Бутерброд с маслом 30/5 40 /5	
Кофейный напиток с молоком 150 /180		Чай 150 /180		Какао на молоке 150 /180		Кофейный напиток с молоком 150 /180		Чай сладкий 150 /180	
Всего в завтрак 365 /425		Всего в Завтрак 295 /360		Всего в Завтрак 365 /425		Всего в Завтрак 365 /425		Всего в завтрак 365 /425	
Второй завтрак 10:00 Сок фруктовый 200	Молоко пастеризованное 150 /180	Второй завтрак 10:00 Сок фруктовый 200		Второй завтрак 10:00 Сок фруктовый 200		Второй завтрак 10:00 Кисломолочный напиток 150 /180		Второй завтрак 10:00 Сок фруктовый 200	
		Обед Салат из свежих огурцов 40 /60		Обед Салат из капусты и моркови 40 /60		Обед Салат из моркови 40/60		Обед Салат витаминный 50/60	
Суп картофельный на рыбном бульоне 180 /200		Суп фасолевый 180 /200		Рассольник 180 /200		Свекольник 180 /200		Щи из свежей капусты с картофелем 180 /200	
Макаронные изделия отварные с маслом 100/120		Запеканка картофельная с мясом 180/200		Рыба, запеченная с картофелем 180 /200		Голубцы ленивые 180 /200		Плов с мясом 180 / 200	
Котлета мясная 60 /80		Соус сметанный 30/30		Соус сметанный 30/30		Соус с томатом 15/15			
Соус томатный 30 /40									
Напиток из плодов шиповника 150 \180		Компот из свежих ягод 150 /180		Компот из сухофруктов(изюм) + вит.С 150 /180		Кисель из свежих ягод 150 /180		Компот из кураги 150 \180	

Хлеб урожайный 40/ 50	Хлеб урожайный 40/ 50	Хлеб урожайный 40/ 50	Хлеб урожайный 40/ 50	Хлеб урожайный 40/ 50
Соль 2 /6	Соль 4/6	Соль 5/ 5	Соль 4 / 6	Соль 5 / 5
Всего в обед 612 /736	Всего в Обед 594 /696	Всего в обед 625 /725	Всего в обед 609 /711	Всего в обед 605 /695
Упл. полд. вкл. блюдо уж Вареники ленивые с маслом 165 /185	Упл. полд. вкл. блюдо уж Винегрет овощной 100/120	Упл. полд. вкл. блюдо уж Запеканка из печени с рисом 140 /180	Упл. полд. вкл. блюдо уж Рагу овощное 160/ 180	Упл. полд. вкл. блюдо уж Рыба запеченная в сметанном соусе 80 /30 100/30
Салат из моркови и яблок 100/120	Грудка куриная отварная 60/80	Соус сметанный 30/30		Картофельное пюре 100 / 140
Зефир 150 / 180	Чай с лимоном 150 /180	Чай сладкий 150 /180	Чай сладкий 150 /180	Чай с лимоном 150 /180
Хлеб пшеничный 30/30	Хлеб пшеничный 40 /40	Хлеб пшеничный 40/40	Хлеб пшеничный 30/30	Хлеб пшеничный 30 /40
пастила 25 /40	Крендель сахарный 60/60	Печенье 30/30	Вагрушка с джемом 60/60	зефир 25/40
		Салат из апельсин (мандарин) 50/50	Груша (свежие плоды) с сахаром 70/70	Салат фруктовый с сиропом 70/70
Всего в Упл.полд. блюдо уж 470 / 555	Всего в Упл.полд. вкл. блюдо уж 410 / 480	Всего в Упл.полд. блюдо уж 440 / 510	Всего в Упл.полд. блюдо уж 470 / 520	Всего в упл. Полд. Вкл. блюдо уж 485 / 600