**ПРИМЕРНОЕ ПЯТНАДЦАТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.И.Велижанина. 01.09.2023г**

**МАДОУ – детский сад № 80**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| день 1 | №  Тех карты | день 2 | №  Тех карты | день 3 | №  Тех карты | день 4 | №  Тех карты | день 5 | №  Тех карты |
| **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** |
| Чай 180г  Батон 25 г  Сыр порциями 10г  Макаронные изделия отварные 100 г | 2021/027/1  7.189-8  2021/4/13  7.151-8 | Каша безмолочная ассорти(рис,гречневая крупа)с маслом раст.150г  Батон 25г  Чай 180г | 2021/19/4  7.189-8  2021/027/1 | Каша пшенная безмолочная с маслом растит 150г  Батон 25г  Чай 180г | 2021/11/4.  7.189-8  2021/027/1 | Каша гречневая безмолочная с маслом растительным 150г  Батон 25г  Сыр порциями10г  Чай 180г | 2021/2/4  2021/189/8  2021/4/13  2021/027/1 | Каша безмолочная с маслом растит 150г  Батон 25г  Чай 180г | 2021/16/4  2021/189/8  2021/027/1 |
| 10.00 Сок 100г | 2021/033/5 | 10.00 Фрукты 120г | 2021/10/10 | 10.00 Сок 100г | 2021/033/5 | 10.00 Сок 100г | 2021/033/5 | 10.00 Сок яблочный 100г | 2021/033/2 |
| **Обед** |  | **Обед** |  | **Обед** |  | **Обед** |  | **Обед** |  |
| Суп крестьянский с крупой(безмолочное меню) 150г  Салат из отварного картофеля,моркови и репчатого лука с растител.маслом 45г  Хлеб ржаной 25г  Компот из сухофруктов 150 г  Гуляш из мяса говядины 60г  Капуста тушеная 120г | 2021/38/2/  4.28/1  7.002  4.6/10  2021/12/10  2021/11/3 | Салат картофельный с огурцом 60г  Компот из яблок и изюма 0,18г  Борщ(безмолочное меню)150г  Рагу из овощей 150г  Рыба отварная 50г  Хлеб ржаной 25г | 7.169  4.2/10  2021/2/22  4.18/3  2021/7.1  7.002 | Салат из моркови с яблоками и растительным маслом 45г  Суп картофельный с бобовыми 150г  Компот из яблок и кураги 200г  Печень (безмолочное меню) 60г  Картофельное пюре (без молока)130г  Хлеб ржаной 25г | 4.11/1  4.17/2  4.1/10  2021/9/8-2  2021/4/4  7.002 | Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом 45г  Макаронные изделия отварные 0,08г  Суп картофельный вегетарианский 150г  Биточки(котлеты) из мяса кур 50г  Напиток из вишни 180г  Хлеб ржаной 25г | 4.5/1  4.43/3  2021/13/2  2021/9/3  7.15/13/1  7.002 | Компот из яблок и чернослива 150г  Суп картофельный вегетарианский 150г  Голубцы с мясом говядины и рисом(ленивые)150г  Хлеб ржаной 25г | 4.3/10  2021/13/2  2021/48/8  7.002 |
| **Уплотненный полдник** |  | **Уплотненный полдник** |  | **Уплотненный полдник** |  | **Уплотненный полдник** |  | **Уплотненный полдник** |  |
| Каша из геркулесовая безмолочная с раст.маслом 150г  Чай 150г  Батон 25г | 2021/8/4/4  7.10/10/2  2021/189/8 | Яйцо вареное 40г  Картофель отварной 80г  Батон 25г  Чай 150г  Булочка Ягодка 60г | 7.328  4.1/3  2021/189/8  7.10/10/2  2021/12/12 | Рагу из овощей 150г  Батон 25г  Чай 150 г | 4.18/3  2021/189/8  7.10/10/2 | Салат из отварной свеклы с растительным маслом 40г  Батон 25г  Чай 150г  Булочка Ягодка 60г | 2021/16/1  2021/189/8  7.10/10/2  2021/12/12 | Батон 25г  Картофельное пюре(без молока) 110г  Чай 150г | 2021/189/8  2021/4/3  7.10/10/2 |
| день 6 | №  Тех. карты | день 7 | № Тех.карты | день 8 | № Тех.карт | день 9 | №  Тех.карт | день 10 | № Тех.  карты |
| **Завтрак** |  | **Завтрак** |  | **Завтрак** |  | **Завтрак** |  | **Завтрак** |  |
| Каша рисовая рассыпчатая 110г  Батон 25г  Сыр порциями 10г  Чай 180г | 2021/43/3  2021/189/8  2021/4/13  2021/027/1 | Каша геркулесовая безмолочная с раст маслом 150г  Батон 25г  Чай 180г | 2021/8/4/4  2021/189/8  2021/027/1 | Каша ячневая безмолочная с маслом растит 150г  Батон 25г  Чай 180г | 2021/15/4  2021/189/8  2021/027/1 | Батон 25г  Каша рисовая рассыпчатая 150г  Сыр порциями 10г  Напиток из цикория 150г | 2021/189/8  2021/43/4  2021/4/13  2021/34/11 | Каша рисовая рассыпчатая 110г  Батон 25г  Чай 180г | 2021/43/3  2021/189/8  2021/027/1 |
| 10.00 Сок яблочный 100г | 2021/033/2 | 10.00 Сок яблочный 100г | 7.2021/033/2 | 10.00 Сок яблочный 100г | 2021/033/2 | 10.00 Сок яблочный 100г | 2021/033/4 | 10.00 Сок яблочный 100г | 2021/033/2 |
| **Обед** |  | **Обед** |  | **Обед** |  | **Обед** |  | **Обед** |  |
| Салат из белокочанной капусты с кукурузой ,луком и растительным маслом 30г  Суп крестьянский с крупой(безмолочное меню) 150 г  Каша гречневая безмолочная с маслом растительным 150г  Гуляш из мяса говядины 60г  Компот из чернослива и изюма 200 г  Хлеб ржаной 25 г | 4.4/1  2021/38/2/  2021/2/4  2021/12/8  4.5/10  7.002 | Уха рыбацкая 200г  Рыба отварная 70г  Капуста тушеная 120г  Компот из яблок и изюма 180г  Хлеб ржаной 25г | 4.30/2  4.1/7  2021/11/3  2021/3/10  7.002 | Суп крестьянский с крупой(безмолочное меню)150г  Салат из отварной свеклы с растительным маслом 40г  Гуляш из мяса говядины 60г  Компот из яблок 180г  Хлеб ржаной 25 г | 2021/38/2/  2021/16/1  2021/12/10  2021/3/10  7.002 | Запеканка картофельная ,фаршированная отварная мясом кур с овощами 150 г  Суп-лапша на курином бульоне 150г  Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом 45г  Напиток из смородины 150 г  Хлеб ржаной 25 г | 4.6/9  4.20/2  4.7/1  7.15/14  7.002 | Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом 30г  Суп картофельный вегетарианский 150г  Печень (безмолочное меню)70г  Макаронные изделия отварные 80г  Компот из яблоками 180г  Хлеб ржаной 25 г | 4.5/1    2021/13/2  2021/9/8-1  4.43/3  2021/3-/10  7.002 |
| **Уплотненный полдник** |  | **Уплотненный полдник** |  | **Уплотненный полдник** |  | **Уплотненный полдник** |  | **Уплотненный полдник** |  |
| Картофельное пюре(без молока) 130г  Батон 25г  Чай 180г | 2021/4/4.  2021/189/8  2021/027/1 | Яйцо вареное 40г  Картофель отварной 0,80г  Батон 25г  Чай с сахаром 150г  Булочка Ягодка 60г | 7.328  4.1/3  2021/189/8  7.354/2  2021/12/12 | Батон 25г  Картофельное пюре (без молока)130г  Чай 180г | 2021/189/8  2021/4/4.  2021/027/1 | Каша геркулесовая безмолочная с раст маслом 150г  Батон 25г  Чай 180г  Булочка Ягодка 60г | 2021/8/4/4  2021/189/8  2021/027/1  2021/12/12 | Батон 25г  Рагу из овощей 150г  Чай 180г | 2021/189/8  4.18/3  2021/027/1 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| день 11 | № Тех.карты | день 12 | №  Тех. карты | день 13 | № Тех.карты | день 14 | № Тех.карты | день 15 | № Тех карты |
| **Завтрак** |  | **Завтрак** |  | **Завтрак** |  | **Завтрак** |  | **Завтрак** |  |
| Макаронные изделия отварные 80г  Сыр порциями10г  Батон 25г  Чай 180г | 4.43/3  2021/4/13  2021/189/8  2021/027/1 | Каша пшеничная безмолочная с маслом растит 150г  Батон 25г  Чай 180г | 2021/16/4/  2021/189/8  2021/027/1 | Каша ячневая безмолочная с маслом растит 150г  Батон 25г  Чай 180г | 2021/15/4  2021/189/8  2021/027/1 | Каша геркулесовая безмолочная с растит маслом 150г  Сыр 10г  Батон 25г  Чай 180г | 2021/8/4/4  2021/4/13  2021/189/8  2021/027/1 | Каша гречневая безмолочная с маслом растительным 150г  Батон 25г  Чай 180г | 2021/2/4  2021/189/8  2021/027/1 |
| 10.00 Сок 100 г | 2021/033/5 | 10.00 Фрукты 120г | 2021/10/10 | 10.00 Сок 100г | 2021/033/5 | 10.00 Бананы 145г | 2021/11/2 | 10.00 Сок 100г | 2021/033/5 |
| **Обед** |  | **Обед** |  | **Обед** |  | **Обед** |  | **Обед** |  |
| Салат из отварного картофеля с реп.луком,сол.огурцом раст,маслом 40г  Суп картофельный вегетарианский 150г  Запеканка капустная с мясом говядины(безмолочное)150г  Компот из яблок 180г  Хлеб ржаной 25 г | 4.31/1  2021/13/2  2021/58/8-  2021/3/10  7.002 | Салат из отвар, картофеля, моркови,свеклы с реп.луком,сол.огурцом раст.маслом 40г  Морковь тушеная 150г  Уха с крупой перловой(рисовой) 150г  Рыба отварная 50г  Компот из кураги и изюма 180г  Хлеб ржаной 25г | 7.29/1/2  4.10/3  2021/35/2  2021/1/7.1  4.4/10  7.002 | Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом 45г  Щи из свежей капусты безмолочное меню 150г  Компот из яблок 150г  Печень (безмолочное) 60г  Картофельное пюре(без молока) 150г  Хлеб ржаной 25г | 4.7/1  2021/6/3  2021/3/10  2021/9/9-1  2021/4/4.  7.002 | Салат из моркови с яблоками и растительным маслом 45г  Суп картофельный 200г  Биточки (котлеты)из мяса кур 50г  Каша рисовая рассыпчатая 110г  Напиток из клюквы 150г  Хлеб ржаной 25г | 4.11/1  7.101-1  2021/9/3  2021/43/3  7.15/15  7.002 | Салат из отварного картофеля с зеленым луком и растит.маслом 45г  Салат из отварной свеклы с растительным маслом 40г  Суп картофельный вегетарианский 150г  Гуляш из мяса говядины 60г  Напиток из шиповника 150г  Хлеб ржаной 25г | 4.34/1  2021/16/1  2021/13/2  2021/12/10  4.15/10  7.002 |
| **Уплотненный полдник** |  | **Уплотненный полдник** |  | **Уплотненный полдник** |  | **Уплотненный полдник** |  | **Уплотненный полдник** |  |
| Каша пшенная безмолочная с маслом растит 200г  Батон 25г  Чай 180 г | 2021/1/4.  2021/189/8  2021/027/1 | Рагу из овощей 150г  Чай 150г  Батон 20г  Булочка Ягодка 60г | 4.18/3  7*.*10/10/2  7.189-3  2021/12/12 | Каша геркулесовая с растит маслом 150г  Батон 25г  Чай 150г | 2021/8/4/4  2021/189/8  7.10/10/2 | Яйцо отварное 20г  Батон 25г  Капуста тушеная 100г  Чай 150г | 2021/1/-6  2021/189/8  4.8/3  7.10/10/2 | Рыба,тушеная с овощами 80г  Картофельное пюре(безмолока)130г  Чай 150г  Батон 25г | 4.4/7  2021/4/4.  7.10/10/2  2021/189/8 |