

Муниципальное общеобразовательное учреждение
"Новосельский образовательный центр"

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МОУ «Новосельский центр»
Ю.В. Васильева



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (САД)

(летне-весенний период с 01.03.2024г. по 31.08.2024г.)

г. Новоселье

2024г.

Десятидневное меню: Сад 3-7 - меню САД лето 2024

День	Завтрак	2й завтрак	Обед	Полдник	Хим. состав
День 1	1. Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными "Геркулес" 180 2. Какао с молоком 180 3. Печенье 30	1. Яблоко свежее 88	1. Бульон из курицы 200 2. Гренки из пшеничного хлеба 13 3. Плов из птицы 200 4. Хлеб ржано-пшеничный 45 5. Компот из сухофруктов 180 6. Салат из свеклы 60	1. Ватрушка с творогом 70 2. Молоко кипяченое 200 3. Салат из моркови 60	Б: 51,888 (6,8%) Ж: 56,852 (5,3%) У: 194,754 (-17,1%) К: 1489,57 (-8,1%)
День 2	1. Омлет натуральный 150 2. Кофейный напиток 180 3. Бутерброд с маслом 45	1. Ряженка 174,6 2. Пряник 30	1. Суп картофельный с вермишелью 200 2. Тефтели 80 3. Греча отварная 120 4. Соус сметанный с луком 40 5. Хлеб ржано-пшеничный 45 6. Компот из свежих фруктов 200	1. Пюре картофельное 150 2. Котлета рыбная 80 3. Чай с сахаром и лимоном 180 4. Батон нарезной обогащенный 50	Б: 78,848 (62,2%) Ж: 63,677 (17,9%) У: 215,053 (-8,4%) К: 1721,044 (6,2%)
День 3	1. Суп молочный с макаронными изделиями 200 2. Какао с молоком 180 3. Бутерброд с сыром 59,1	1. Апельсин 100,5	1. Свекольник на курином бульоне 200 2. Пюре картофельное 150 3. Суфле из печени 100 4. Соус сметанный с луком 40 5. Салат из белокочанной капусты 60 6. Хлеб ржано-пшеничный 45 7. Компот из сухофруктов 180	1. Мясные ёжики 80 2. Капуста тушеная 140 3. Батон нарезной обогащенный 50 4. Чай с сахаром и лимоном 180	Б: 70,019 (44,1%) Ж: 63,654 (17,9%) У: 197,751 (-15,8%) К: 1625,224 (0,3%)
День 4	1. Запеканка творожная! 110 2. Молоко стуженное 30 3. Бутерброд с маслом 45 4. Кофейный напиток 180	1. Банан 90	1. Суп картофельный с рыбой 200 2. Гуляш из курицы 80/75 3. Макароны отварные с маслом 120 4. Хлеб ржано-пшеничный 45 5. Компот из свежих фруктов 200	1. Жаркое по домашнему с курой 220 2. Батон нарезной обогащенный 50 3. Компот из сухофруктов 180	Б: 80,202 (65%) Ж: 56,186 (4%) У: 219,084 (-6,7%) К: 1672,691 (3,3%)

День 5	<p>1. Каша вязкая манная молочная 180</p> <p>2. Бутерброд с сыром 59,1</p> <p>3. Какао с молоком 180</p>	<p>1. Йогурт питьевой 174,6</p> <p>2. Печенье 30</p>	<p>1. Суп картофельный с бобовыми (м.г.горох) на курином бульоне 200</p> <p>2. Гренки из пшеничного хлеба 13</p> <p>3. Мясо куриное тушеное с овощами 200</p> <p>4. Хлеб ржано-пшеничный 45</p> <p>5. Компот из сухофруктов 180</p> <p>6. Салат из свежих помидоров и огурцов 60</p>	<p>1. Пирожки печеные с капустой и яйцом 80</p> <p>2. Чай с сахаром и лимоном 180</p> <p>3. Салат из свеклы 60</p>	<p>Б: 53,098 (9,3%)</p> <p>Ж: 57,82 (7,1%)</p> <p>У: 221,64 (-5,6%)</p> <p>К: 1642,618 (1,4%)</p>
День 6	<p>1. Каша вязкая пшеничная молочная 180</p> <p>2. Кофейный напиток 180</p> <p>3. Печенье 30</p>	<p>1. Яблоко свежее 88</p>	<p>1. Суп картофельный с клёцками 200</p> <p>2. Кура, тушеная в сметанном соусе 100</p> <p>3. Рис отварной 130</p> <p>4. Хлеб ржано-пшеничный 45</p> <p>5. Компот из свежих фруктов 200</p>	<p>1. Запеканка творожная! 110</p> <p>2. Молоко стуженное 30</p> <p>3. Ряженка 174,6</p> <p>4. Салат из моркови 60</p>	<p>Б: 71,138 (46,4%)</p> <p>Ж: 56,312 (4,3%)</p> <p>У: 209,9 (-10,6%)</p> <p>К: 1632,863 (0,8%)</p>
День 7	<p>1. Омлет натуральный 150</p> <p>2. Какао с молоком 180</p> <p>3. Бутерброд с маслом 45</p>	<p>1. Ряженка 174,6</p> <p>2. Пряник 30</p>	<p>1. Щи из свежей капусты на курином бульоне 200</p> <p>2. Суфле рыбное 80/22</p> <p>3. Пюре картофельное 150</p> <p>4. Соус сметанный с луком 40</p> <p>5. Хлеб ржано-пшеничный 45</p> <p>6. Компот из сухофруктов 180</p>	<p>1. Капуста тушеная 140</p> <p>2. Яйца вареные 20</p> <p>3. Чай с сахаром и лимоном 180</p> <p>4. Булочка домашняя 70</p>	<p>Б: 66,624 (37,1%)</p> <p>Ж: 69,668 (29%)</p> <p>У: 193,361 (-17,7%)</p> <p>К: 1663,501 (2,7%)</p>
День 8	<p>1. Каша гречневая молочная жидкая 180</p> <p>2. Кофейный напиток 180</p> <p>3. Бутерброд с сыром 59,1</p>	<p>1. Банан 90</p>	<p>1. Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на курином бульоне 200</p> <p>2. Суфле из печени 100</p> <p>3. Макароны отварные с маслом 120</p> <p>4. Салат из свежих помидоров и огурцов 60</p> <p>5. Хлеб ржано-пшеничный 45</p> <p>6. Компот из свежих фруктов 200</p>	<p>1. Жаркое по домашнему с курой 220</p> <p>2. Батон нарезной обогатенный 50</p> <p>3. Компот из сухофруктов 180</p>	<p>Б: 66,561 (37%)</p> <p>Ж: 57,77 (7%)</p> <p>У: 223,665 (-4,8%)</p> <p>К: 1655,744 (2,2%)</p>

День 9	<p>1. Пудинг из творога с яблоками 150,30</p> <p>2. Какао с молоком 180</p> <p>3. Бутерброд с маслом 45</p>	1. Апельсин 100,5	<p>1. Рассольник на курином бульоне 200</p> <p>2. Греча отварная 120</p> <p>3. Котлета из говядины 70</p> <p>4. Хлеб ржано-пшеничный 45</p> <p>5. Компот из сухофруктов 180</p>	<p>1. Мясные ёжики 80</p> <p>2. Капуста тушеная 140</p> <p>3. Багон нарезной обогащенный 50</p> <p>4. Чай с сахаром и лимоном 180</p>	<p>Б: 82,042 (68,8%)</p> <p>Ж: 70,17 (29,9%)</p> <p>У: 211,028 (-10,2%)</p> <p>К: 1780,01 (9,9%)</p>
День 10	<p>1. Каша вязкая манная молочная 180</p> <p>2. Кофейный напиток 180</p> <p>3. Бутерброд с сыром 59,1</p>	<p>1. Йогурт питьевой 174,6</p> <p>2. Печенье 30</p>	<p>1. Борщ с капустой и картофелем 200</p> <p>2. Пюре каргофельное 150</p> <p>3. Тефтели рыбные в соусе 80/40</p> <p>4. Хлеб ржано-пшеничный 45</p> <p>5. Компот из свежих фруктов 200</p> <p>6. Салат из свежих огурцов 60</p>	<p>1. Пирожки печеные с капустой и яйцом 80</p> <p>2. Чай с сахаром и лимоном 180</p> <p>3. Салат из свеклы 60</p>	<p>Б: 60,707 (24,9%)</p> <p>Ж: 60,207 (11,5%)</p> <p>У: 224,554 (-4,4%)</p> <p>К: 1694,975 (4,6%)</p>

директор:  / Васильева Ю.В.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 502183754424259648339656506821166549734047792908

Владелец Васильева Юлия Владимировна

Действителен с 10.01.2024 по 09.01.2025