

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Новосельский образовательный центр»

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МОУ «Новосельский центр»

О.В. Васильева



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (ясли)
(осенне-зимний период с 01.09. по 01.03)

гп. Новоселье
2025г.

Десятидневное меню: Ясли 1-3 - осень 2025

День	Завтрак	2й Завтрак	Обед	Полдник	Хим. состав
День 1	1. Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными "Геркулес" 150 2. Какао с молоком 150 3. Печенье 18	1. Яблоко свежее 96,8	1. Бульон из курицы 150 2. Гренки из пшеничного хлеба 11 3. Плов из птицы 150 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 5. Компот из сухофруктов 150 6. Салат из свеклы 40	1. Ватрушка с творогом 60 2. Молоко кипяченое 170 3. Салат из моркови 40	Б: 43,921 (16,2%) Ж: 49,724 (17,6%) У: 156,082 (-14,6%) К: 1244,203 (-1,3%)
День 2	1. Омлет натуральный 110 2. Кофейный напиток 150 3. Бутерброд с маслом 35	1. Ряженка 160 2. Пряник 17	1. Суп картофельный с вермишелью 150 2. Тефтели 60 3. Греча отварная 100 4. Соус сметанный с луком 30 5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 6. Компот из свежих фруктов 150	1. Пюре картофельное 110 2. Котлета рыбная 60 3. Чай с сахаром и лимоном 150 4. Батон нарезной обогащенный 35	Б: 70,038 (85,3%) Ж: 59,554 (40,8%) У: 171,372 (-6,2%) К: 1480,537 (17,5%)
День 3	1. Суп молочный с макаронными изделиями 150 2. Какао с молоком 150 3. Бутерброд с сыром 45	1. Апельсин 100	1. Свекольник 150 2. суфле из печени 100 3. Пюре картофельное 110 4. салат из квашеной капусты 40 5. Соус сметанный с луком 30 6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 7. Компот из сухофруктов 150	1. Мясные ёжики 60 2. Капуста тушеная 150 3. Чай с сахаром и лимоном 150 4. Батон нарезной обогащенный 35	Б: 55,722 (47,4%) Ж: 50,237 (18,8%) У: 155,317 (-15%) К: 1285,048 (2%)
День 4	1. Запеканка творожная! 85 2. Молоко сгущенное 20 3. Кофейный напиток 150 4. Бутерброд с маслом 35	1. Яблоко свежее 96,8	1. Суп картофельный с рыбой 150 2. Гуляш из курицы 70 3. Макароны отварные с маслом 100 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 5. Компот из свежих фруктов 150	1. Жаркое по-домашнему с курицей 170 2. Компот из сухофруктов 150 3. Батон нарезной обогащенный 35	Б: 65,831 (74,2%) Ж: 48,433 (14,5%) У: 161,6 (-11,5%) К: 1317,318 (4,5%)

День 5	1. Каша вязкая манная молочная 150 2. Бутерброд с сыром 45 3. Какао с молоком 150	1. Йогурт питьевой 160 2. Печенье 18	1. суп картофельный с бобовыми (горох) на курином бульоне 150 2. Гренки из пшеничного хлеба 11 3. Мясо куриное тушеное с овощами 150 4. салат из соленых огурцов с луком и зеленым горошком 40 5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 6. Компот из сухофруктов 150	1. Пирожок с капустой и яйцом 60 2. Салат из свеклы 40 3. Чай с сахаром и лимоном 150	Б: 43,846 (16%) Ж: 46,781 (10,6%) У: 168,375 (-7,8%) К: 1294,39 (2,7%)
День 6	1. Каша вязкая пшенная молочная 150 2. Кофейный напиток 150 3. Печенье 18	1. Яблоко свежее 96,8	1. Суп картофельный с клецками 150 2. Кура, тушеная в сметанном соусе 80 3. Рис отварной 100 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 5. Компот из свежих фруктов 150	1. Запеканка творожная! 85 2. Молоко сгущенное 20 3. Ряженка 160 4. Салат из моркови 40	Б: 58,554 (54,9%) Ж: 48,009 (13,5%) У: 162,587 (-11%) К: 1320,124 (4,8%)
День 7	1. Омлет натуральный 110 2. Какао с молоком 150 3. Бутерброд с маслом 35	1. Ряженка 160 2. Пряник 17	1. Щи из квашеной капусты с мясом 150 2. Суфле рыбное 65 3. Пюре картофельное 110 4. Соус сметанный с луком 30 5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 6. Компот из сухофруктов 150	1. Капуста тушеная 150 2. Яйца вареные 20 3. Чай с сахаром и лимоном 150 4. Булочка домашняя 70	Б: 58,19 (53,9%) Ж: 61,234 (44,8%) У: 161,163 (-11,8%) К: 1426,727 (13,2%)
День 8	1. Каша гречневая молочная жидкая 150 2. Кофейный напиток 150 3. Бутерброд с сыром 45	1. Апельсин 100	1. Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на курином бульоне 150 2. суфле из печени 100 3. Макароны отварные с маслом 100 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 5. Компот из свежих фруктов 150 6. салат из квашеной капусты 40	1. Жаркое по-домашнему с курой 170 2. Батон нарезной обогащенный 35 3. Компот из сухофруктов 150	Б: 52,623 (39,2%) Ж: 46,867 (10,8%) У: 165,007 (-9,7%) К: 1279,657 (1,6%)

День 9	1. Пудинг из творога с яблоками 130/20 2. Какао с молоком 150 3. Бутерброд с маслом 35	1. Яблоко свежее 96,8	1. Рассольник на курином бульоне 150 2. Греча отварная 100 3. Котлета из говядины 60 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 5. Компот из сухофруктов 150	1. Мясные ёжики 60 2. Капуста тушеная 150 3. Чай с сахаром и лимоном 150 4. Батон нарезной обогащенный 35	Б: 68,027 (80%) Ж: 55,611 (31,5%) У: 168,154 (-8%) К: 1422,63 (12,9%)
День 10	1. Каша вязкая манная молочная 150 2. Кофейный напиток 150 3. Бутерброд с сыром 45	1. Йогурт питьевой 160 2. Печенье 18	1. Борщ с капустой и картофелем 150 2. Пюре картофельное 110 3. Тефтели рыбные в молочном соусе 60/30 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 5. Компот из свежих фруктов 150 6. салат из соленых огурцов с луком и зеленым горошком 40	1. Пирожок с капустой и яйцом 60 2. Салат из свеклы 40 3. Чай с сахаром и лимоном 150	Б: 50,535 (33,7%) Ж: 45,682 (8%) У: 173,264 (-5,2%) К: 1326,063 (5,2%)

директор:  / Васильева Ю.В

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 162597629024552560771860534290451572951297962818

Владелец Васильева Юлия Владимировна

Действителен с 03.10.2024 по 03.10.2025