

Муниципальное общеобразовательное учреждение
"Новосельский образовательный центр"

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



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (ЯСЛИ)

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

гп. Новоселье

2024г.

Десятидневное меню: Ясли 1-3 - Меню ЯСЛИ лето 2024

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 88	1. Бульон из кури 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 158,4 3. Салат из моркови 40	Б: 43,462 (15%) Ж: 49,737 (17,6%) У: 156,025 (-14,6%) К: 1242,744 (-1,4%)
День 2	1. Омлет натуральный 110 2. Кофейный напиток 150 3. Бутерброд с маслом 35	1. Ряженка 155,2 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 40	Б: 70,233 (85,8%) Ж: 59,457 (40,6%) У: 173,777 (-4,9%) К: 1488,388 (18,1%)
День 3	1. Суп молочный с макаронными изделиями 150 2. Какао с молоком 150 3. Бутерброд с сыром 44	1. Апельсин 100	1. Свекльник 150 2. суфле из печени 100 3. Пюре картофельное 110 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 5. Компот из сухофруктов 150 6. Салат из белокачанной капусты 50 7. Соус сметанный с луком 30	1. Чай с сахаром и лимоном 150 2. Мясные ёжки 60 3. Капуста тушеная 150 4. Батон нарезной обогащенный 40	Б: 56,518 (49,5%) Ж: 50,021 (18,3%) У: 160,945 (-11,9%) К: 1307,179 (3,7%)
День 4	1. Запеканка творожная! 85 2. Молоко стуженное 20 3. Кофейный напиток 150 4. Бутерброд с маслом 35	1. Банан 90	1. Суп картофельный с рыбой 150 2. Гуляш из кури 70 3. Макароны отварные с маслом 100 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 5. Компот из свежих фруктов 150	1. Жаркое по-домашнему с курой 170 2. Компот из сухофруктов 150 3. Батон нарезной обогащенный 40	Б: 67,152 (77,7%) Ж: 48,631 (15%) У: 173,664 (-4,9%) К: 1375,974 (9,2%)

День 5	1. Каша вязкая манная молочная 150 2. Какао с молоком 150 3. Бутерброд с сыром 44	1. Йогурт питьевой 155,2 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. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 5. Компот из сухофруктов 150 6. Салат из свежих помидоров и огурцов 50	1. Чай с сахаром и лимоном 150 2. Пирожок с капустой и яйцом 60 3. Салат из свеклы 40	Б: 42,641 (12,8%) Ж: 46,072 (8,9%) У: 168,271 (-7,9%) К: 1281,72 (1,7%)
День 6	1. Каша вязкая пшеничная молочная 150 2. Кофейный напиток 150 3. Печенье 18	1. Яблоко свежее 80	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 стуженное 20 3. Ряженка 155,2 4. Салат из моркови 40	Б: 58,391 (54,5%) Ж: 47,776 (12,9%) У: 162,343 (-11,1%) К: 1316,224 (4,5%)
День 7	1. Омлет натуральный 110 2. Какао с молоком 150 3. Бутерброд с маслом 35	1. Ряженка 155,2 2. Пряник 17	1. Щи из свежей капусты на курином бульоне 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: 59,352 (57%) Ж: 61,83 (46,2%) У: 163,077 (-10,7%) К: 1444,982 (14,7%)
День 8	1. Каша гречневая молочная жидкая 150 2. Кофейный напиток 150 3. Бутерброд с сыром 44	1. Банан 90	1. Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на курином бульоне 150 2. Макароны отварные с маслом 100 3. суфле из печени 100 4. Салат из свежих помидоров и огурцов 50 5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 6. Компот из свежих фруктов 150	1. Жаркое по-домашнему с курицей 170 2. Компот из сухофруктов 150 3. Батон нарезной обогащенный 40	Б: 53,464 (41,4%) Ж: 46,425 (9,8%) У: 179,54 (-1,7%) К: 1334,099 (5,9%)

День 9	1. Пудинг из творога с яблоками 130/20 2. Какао с молоком 150 3. Бутерброд с маслом 35	1. Апельсин 100	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. Багон нарезной обогащенный 40 4. Чай с сахаром и лимоном 150	Б: 68,903 (82,3%) Ж: 55,56 (31,3%) У: 169,458 (-7,2%) К: 1435,086 (13,9%)
День 10	1. Каша вязкая манная молочная 150 2. Кофейный напиток 150 3. Бутерброд с сыром 44	1. Йогурт питьевой 155,2 2. Печенье 18	1. Борщ с капустой и картофелем 150 2. Поре 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 свежих огурцов 60	1. Чай с сахаром и лимоном 150 2. Пирожок с капустой и яйцом 60 3. Салат из свеклы 40	Б: 49,322 (30,5%) Ж: 45,454 (7,5%) У: 172,834 (-5,4%) К: 1316,35 (4,5%)

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