

Утверждено:

АО «Комбинат

школьного питания № 1»

Генеральный директор

Н.С. Зубовикова

2024 г.

АО «Комбинат школьного питания № 1»

**Основное (организованное) меню (осенне-зимний период)
рациона питания детей дошкольного возраста (3-7 лет)
для МДОУ с 12-часовым режимом работы**

Д/с № 89

(Не переносимость лактозы)



"Комбинат питания №1"
Циличное 10-дневное меню

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 2		
Завтрак 1	Батон нарезной	30
Завтрак 1	Повидло	10
Завтрак 1	Каша гречневая	150
Завтрак 1	Чай с сахаром	200
Итого за завтрак 1		390
Завтрак 2	Фрукт свежий (яблоко)	200
Итого за Завтрак 2		200
Обед	Салат картофельный с кукурузой и морковью	50
Обед	Борщ с капустой и картофелем б/м сл	200
Обед	Плов из птицы б/м сл	160
Обед	Компот из свежих плодов	180
Обед	Хлеб ржаной	50
Итого за обед		640
Полдник	Кисель плодово-ягодный	200
Полдник	Оладьи на воде	55
Итого за Полдник		255
Ужин	Суфле из рыбы б/м сл	80
Ужин	Картофель отварной	150
Ужин	Чай с сахаром	200
Ужин	Хлеб пшеничный	50
Итого за Ужин		480
Итого за День		1 965

"Комбинат питания №1"
Цикличное 10-дневное меню

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 4		
Завтрак 1	Батон нарезной	30
Завтрак 1	Повидло	10
Завтрак 1	Каша "Дружба" (на воде)	180
Завтрак 1	Чай с сахаром	180
Итого за завтрак 1		400
Завтрак 2	Соки, овощные, фруктовые, ягодные	180
Итого за Завтрак 2		180
Обед	Салат "Степной"	50
Обед	Рассольник Ленинградский б/м.сл	200
Обед	Голубцы пенивые б/м.сл, сметаны	190
Обед	Киселья плодово-ягодный	200
Обед	Хлеб пшеничный	50
Итого за Обед		690
Полдник	Чай с сахаром	200
Полдник	Булочка домашняя	50
Итого за Полдник		250
Ужин	Биточки рыбные б/м.сл	80
Ужин	Каша пшеничная расыпчатая б/м.сл	130
Ужин	Чай с сахаром	200
Ужин	Хлеб ржаной	40
Итого за Ужин		450
Итого за день		1 970

"Комбинат питания №1"
Циклическое 10-дневное меню

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 6		
Завтрак 1	Батон нарезной	30
Завтрак 1	Повидло	10
Завтрак 1	Каша пшеничная (на воде)	190
Завтрак 1	Чай с сахаром	180
Итого за Завтрак 1		410
Завтрак 2	Соки, овощные, фруктовые, ягодные	180
Итого за Завтрак 2		180
Обед	Салат из белокочанной капусты с яблоками	50
Обед	Суп картофельный с крутой б/м.сл	200
Обед	Биточки рубленные б/м.сл	70
Обед	Макаронные изделия отварные б/м.сл	130
Обед	Компот из сушеных фруктов	180
Обед	Хлеб ржаной	50
Итого за Обед		680
Полдник	Чай с сахаром	200
Полдник	Печенье	50
Итого за Полдник		250
Ужин	Рагу из птицы б/м.сл	200
Ужин	Чай с сахаром	200
Ужин	Хлеб пшеничный	50
Итого за Ужин		450
Итого за День		1 970

Комбинат питания №1
Циклическое 10-дневное меню

Исполнитель
Центр питания
№ 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 8		
Завтрак 1	Батон нарезной	30
Завтрак 1	Повидло	10
Завтрак 1	Каша овсяная (на воде)	180
Завтрак 1	Чай с сахаром	180
Итого за Завтрак 1		400
Завтрак 2	Соки, овощные, фруктовые, ягодные	180
Итого за Завтрак 2		180
Обед	Салат картофельный с кукурузой и морковью	50
Обед	Борщ с капустой и картофелем б/м сп	180
Обед	Котлеты рубленые б/м, сп	70
Обед	Макаронные изделия отварные б/м, сп	130
Обед	Кисель из концентрата плодово или ягодный	180
Обед	Хлеб ржаной	40
Итого за Обед		650
Полдник	Чай с сахаром	200
Полдник	Печенье	50
Итого за Полдник		250
Ужин	Картофель запеченный с яйцом	205
Ужин	Чай с сахаром	200
Ужин	Хлеб пшеничный	50
Итого за Ужин		455
Итого за День		1 935

"Комбинат питания №1"
Циклическое 10-дневное меню

Исполнен
Циклически
-- 10

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 10		
Завтрак 1	Батон нарезной	25
Завтрак 1	Псевдопо	10
Завтрак 1	Каша "Дружба" (на воде)	190
Завтрак 1	Чай с сахаром	180
Итого за Завтрак 1		405
Завтрак 2	Соки, овощные, фруктовые, ягодные	180
Итого за Завтрак 2		180
Обед	Овощи натуральные соленные	50
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем б/м.сл	200
Обед	Суфле из отварного мяса с рисом б/м.сл	80
Обед	Каша гречневая рассыпчатая б/м.сл	130
Обед	Компот из свежих плодов	180
Обед	Хлеб ржаной	40
Итого за Обед		680
Полдник	Напиток из плодов шиповника	180
Полдник	Крендель сахарный	50
Итого за Полдник		230
Ужин	Рагу из овощей б/м.сл	200
Ужин	Кисель плодово - ягодный	200
Ужин	Хлеб пшеничный	50
Итого за Ужин		450
Итого за День		1 945