

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
П.ИВАНОВСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ГОРОД САРАТОВ»**

410509, Саратовская область, муниципальное образование «Город Саратов,
п.Ивановский, ул.Центральная, 31, тел. 999-785
эл.почта: schivanov@rambler.ru, сайт: <https://shkolaivanovskijsaratov-r64.gosweb.gosuslugi.ru/>

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «ООШ п. Ивановский»



И.Р.Валиева

Приказ №91.од от «02» сентября 2024 г.

**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ СТРУКТУРНОГО
ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ «ДЕТСКИЙ САД «НЕПОСЕДЫ»
С 3 ДО 7 ЛЕТ**

СОГЛАСОВАНО



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория:

3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	№ рецептуры
Неделя 1 День 1			
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"	200	260
	Батон нарезной	40	
	Масло сливочное	10	105
	Сыр порциями	10	100.1
	Печенье	40	590
	Чай с сахаром	200	143
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	
Второй завтрак	Фрукт свежий, сезонный	100	
ОБЕД	Огурцы соленые	60	б/н
	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	200	144.1
	Тефтели куриные	90	390.4
	Соус томатный	20	453
	Макаронные изделия отварные	150	291
	Компот из смеси сухофруктов	200	508
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА ОБЕД		780	
ПОЛДНИК	Молоко кипеченое	200	511.2
	Выпечка	100	543.3
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1680	
День 2			
ЗАВТРАК	Каша манная вязкая	200	250
	Булочка сдобная	100	438
	Чай с лимоном и сахаром	200	144
Второй завтрак	Фрукт свежий, сезонный	100	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		600	
ОБЕД	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	
	Свекольник	200	131
	Рыба под маринадом	90	343
	Гюле картофельное	150	312
	Напиток с черной смородиной	200	511.4
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	
ПОЛДНИК	Кисель витаминизированный	200	614
	Оладья с сметаной	100	543.2
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1680	

День 3			
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с ягодным соусом	200	117.1
	Фрукт свежий, сезонный	100	
	Чай с сахаром	200	143
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	
ОБЕД	Свекла отварная	60	17
	Суп картофельный с рисом на курином бульоне	200	155.3
	Котлета куриная	90	99.1
	Каша из гороха с маслом	150	418.1
	Напиток витаминизированный	200	РЦ 10.86.
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	
ПОЛДНИК	Кисломолочный продукт	200	
	Выпечка	100	564.1
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	НИК	300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1560	
День 4			
	Каша молочная гречневая	150	54-20к
	Чай и сахаром	200	54-2 гп
	Батон с маслом сыром	80	2
2.Завтрак	Фрукт свежий, сезонный	100	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		530	
ОБЕД	Морковь отварная	60	16
	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	147
	Рагу из птицы	240	407
	Компот из смеси сухофруктов	200	508
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый, плодовой, ягодный	200	
	Выпечка	100	543.4
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	НИК	300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1575	
День 5			
ЗАВТРАК	Макаронные изделия, запеченные с сыром	200	296
	Булочка с сахаром	100	564.3
	Какао с молоком	200	
2 Завтрак	Фрукт свежий, сезонный	100	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		600	
ОБЕД	Икра свекольная	60	119
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	200	142.2
	Плов мясной	240	265
	Напиток из шиповника	200	519
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	
ПОЛДНИК	Батон с маслом сыром	80	2
	Омлет	100	54.10
	Чай с лимоном сахаром	200	144
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	НИК	300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1560	

Неделя 2 День 6			
ЗАВТРАК	Каша манная вязкая	220	250
	Печенье	80	
	Кофейный напиток с молоком	200	
2 Завтрак	Фрукт свежий, сезонный	100	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		600	
ОБЕД	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	200	128.2
	Гуляш из отварного мяса	90	367.2
	Макоронные изделия отварные	150	291
	Компот из смеси сухофруктов	200	508
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый, плодовой, ягодный	200	
	Выпечка	100	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1560	
День 7			
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная жидкая	200	267
	Выпечка	100	
	Какао с молоком	200	14
2 Завтрак	Фрукт свежий, сезонный	100	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	
ОБЕД	Морковь отварная	60	16
	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	200	144
	Гуляш из отварного мяса	90	367.2
	Рис отварной	150	414
	Напиток из вишни	200	511.2
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	
ПОЛДНИК	Кисломолочный продукт	200	
	Сырники из творога со сгущенным молоком	100	6/н
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1660	
День 8			
ЗАВТРАК	Геркулесовая каша с молоком	160	
	Батон с маслом сыром	80	2
	Фрукт свежий, сезонный	100	
	Чай с клубникой и сахаром	200	494.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	
ОБЕД	Икра свекольная	60	119
	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200	134
	Жаркое из птицы	240	407.2
	Напиток с черной смородиной	200	511.4
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый, плодовой, ягодный	200	
	Выпечка	100	543.4
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1560	

День 9			
ЗАВТРАК	Каша пшеничная	200	266
	Булочка сдобная	100	
	Чай с лимоном и сахаром	200	144
2.Завтрак	Фрукт свежий, сезонный	100	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		600	
ОБЕД	Морковь отварная	60	16
	Суп-лапша домашняя на мясном бульоне	200	157.1
	Голубцы ленивые	90	372
	Соус томатный	20	453
	Каша пшеничная	150	243
	Компот из смеси сухофруктов	200	508
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА ОБЕД		780	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	511.1
	Выпечка	100	270
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1580	
День 10			
ЗАВТРАК	Голов из отварной птицы	240	406
	Огурцы соленые	30	6/н
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Чай с сахаром	200	143
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	
ОБЕД	Свекла отварная	60	17
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	142.3
	Митбол куриный	90	412.1
	Пюре картофельное	150	312
	Напиток из шиповника	200	519
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	
ПОЛДНИК	Кисель витаминизированный	200	614
	Оладья со сметаной	100	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1560	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		15655	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1565,5	