



Имбер нессне! МБДОУ  
 «Детский сад №104»  
 «Детский сад №104»  
 «Детский сад №104»

**ПЛАН-МЕНЮ**

для МБДОУ с 8-10,5 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (1-3лет)



Утверждено и согласовано управлением  
 Роспотребнадзора по Тамбовской области

1-я неделя / 1. понедельник

1-я неделя / 2. вторник

1-я неделя / 3. среда

1-я неделя / 4. четверг

1-я неделя / 5. пятница

завтрак										
1	Вермишель молочная	150	Каша молочная "Дружба"	130	Каша гречневая с молоком	150	Каша овсяная "Сервисовая" жидкая	150	Каша молочная рисовая (жидкая)	150
2	Масло сливочное	5	Чай с молоком и сахаром	150	Сыр	5	Масло сливочное	5	Кофейный напиток	150
3	Сыр	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Какао с молоком	150	Хлеб пшеничный	35
4	Какао с молоком	150	Хлеб пшеничный	35	Кофейный напиток	150	Хлеб пшеничный	30	Сыр	5
5	Хлеб пшеничный	35			Хлеб пшеничный	35	Яйцо	40		
6										

2ой завтрак		обед		полдник						
1	Сок фруктовый	150	Фрукты	100	Сок фруктовый	150	Фрукты	100	Напиток витаминизированный	120

1	Овощи свежие или консервированные	30	Икра кабачковая	30	Овощи свежие или консервированные	30	Овощи свежие или консервированные	30	Овощи свежие или консервированные	30
2	Шти из свежей капусты со сметаной и мясными фрикадельками	180/6/20	Лапша домашняя	180	Суп из овощей со сметаной и зеленью	180	Рассолыник "Ленинградский" с мясными фрикадельками и сметаной	180/20/8	Борщ со сметаной	180/4
3	Печень по-строгановски	50/50	Птица отварная	60	Котлета рыбная "Лобителская"	60	Жаркое по-домашнему	120/30	Тертели из говядины с красным соусом	40/40
4	Каша гречневая вязкая	120	Картофельное пюре	120	Рис отварной	120	Компот из сухофруктов	150	Картофель отварной	180
5	Компот из сухофруктов	150	Кисель плодово-ягодный	150	Компот из свежих яблок	150	Хлеб ржаной	25	Кисель из сока	150
6	Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	25	Хлеб ржаной	25	Хлеб пшеничный	30	Хлеб ржаной	25

полдник										
1	Зареники ленивые с молочным соусом	60/10	Пудинг манный	100	Омлет натуральный	120	Лапшеник из творога	100	Пудинг творожно-яблочный с молочным соусом	90/10
2	Печенье	35	Молочная продукция	150	Булочка домашняя	50	Молочная продукция	130	Чай с сахаром	150
3	Чай с сахаром	150			Молочная продукция	130		Зефир	35	
					Хлеб ржаной	25				

Утверждено: МБОУ  
«Детский сад №1»

«Детский сад №1»  
г. Тамбов



2-я неделя / 1 понедельник

2-я неделя / 2 вторник

2-я неделя / 3 среда

2-я неделя / 4 четверг

2-я неделя / 5 пятница

для МБДОУ с 8-10,5 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (1-3лет)

ПЛАН-МЕНЮ



Утверждено и согласовано управлением  
Роспотребнадзора по Тамбовской области

		завтрак				завтрак			
1	Вермишель молочная	150	Каша овсяная "Трисулосовая" жидкая	150	Каша молочная манная	150	Каша молочная пшениая (Жидкая)	150	Плов фруктовый
2	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Сыр	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное
3	Сыр	5	Чай с молоком	150	Чай с молоком	150	Какао с молоком	150	Сыр
4	Какао с молоком	130	Кофейный напиток с молоком	150	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Кофейный напиток с молоком
5	Хлеб пшеничный	35	Хлеб пшеничный	30	Масло сливочное	5			Хлеб пшеничный
<b>2ой завтрак</b>									
1	Сок фруктовый	150	Фрукты	100	Сок фруктовый	150	Фрукты	100	Сок фруктовый

		обед				обед			
1	Овощи свежие или консервированные	30	Овощи свежие или консервированные	30	Овощи свежие или консервированные	30	Овощи свежие или консервированные	30	Овощи свежие или консервированные
2	Суп картофельный с мясными фрикадельками и зеленью	180/20/8	Суп гороховый с гречками	180/8	Щи из свежей капусты с мясными фрикадельками и сметаной	180/15/8	Суп картофельный с клецками	180	Суп картофельный с рыбными фрикадельками
3	Рыба отварная под маринадом	50/50	Голубцы ленивые	180/5/5	Котлета из птицы	60	Азу из говядины	50/50	Шницель паровой
4	Картофельное пюре	120	Компот из кураги	150	Картофельное пюре	120	Каша Печеная	130	Макарония отварные
5	Компот из черносливы	150	Хлеб ржаной	30	Компот из свежих яблок	150	Кисель плодово-ягодный	150	Компот из сухофруктов
6	Хлеб ржаной	30			Хлеб ржаной	25	Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной
<b>полдник</b>									
	Запеканка из творога с соусом	100	Оладьи с повидлом	80/10	Сырники с соусом сметанным	80/10	Омлет натуральны	100	Творожно-яблочный с
	Молочным (сладким)				сладким		Молочная полухция	150	Молочным соусом
	Молочная продукция	150	Молочко	150	Молочная продукция	150	Хлеб пшеничный	30	Чай с лимоном
	Булочка домашняя	50							