

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

Краснодарский край

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА-

ДЕТСКИЙ САД № 28 г. СОЧИ (МДОУ ЦРР-детский сад № 28)

ПРИКАЗ

01.12.2020 г.

№ 273/1

«Об утверждении
примерного десятидневного меню
на зимне-весенний период»

В соответствии с Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 - ФЗ от 29.12.2012 г., ст. 37 п. 1; Постановлением государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», с целью обеспечения полноценного сбалансированного питания детей, посещающих МДОУ ЦРР-детский сад № 28

Приказываю:

1. Утвердить примерное 10-ти дневное меню на зимне-весенний период для детей в возрасте от 1,5 до 3 лет и от 3 до 7 лет.
2. Руководствоваться в работе утвержденными технологическими карточками.
3. Продолжать работу бракеражной комиссии в соответствии с определенным функционалом в составе: Сазыкина Н.С., Крина В.Г., Жаркова Г.В.
4. Заместителю заведующей по ВМР Сазыкиной Н.С., медсестре (диетической) Крипе В.Г. разъяснить воспитателям, ответственным за организацию питания в своих группах, изменения в примерном 10-дневном меню для детей в зимне-весенний период.
5. Контроль за выполнением данного приказа оставляю за собой.

Заведующая МДОУ ЦРР – детского сада № 28

И.Л. Чуднецова

С приказом ознакомлены:

Жаркова Г.В.

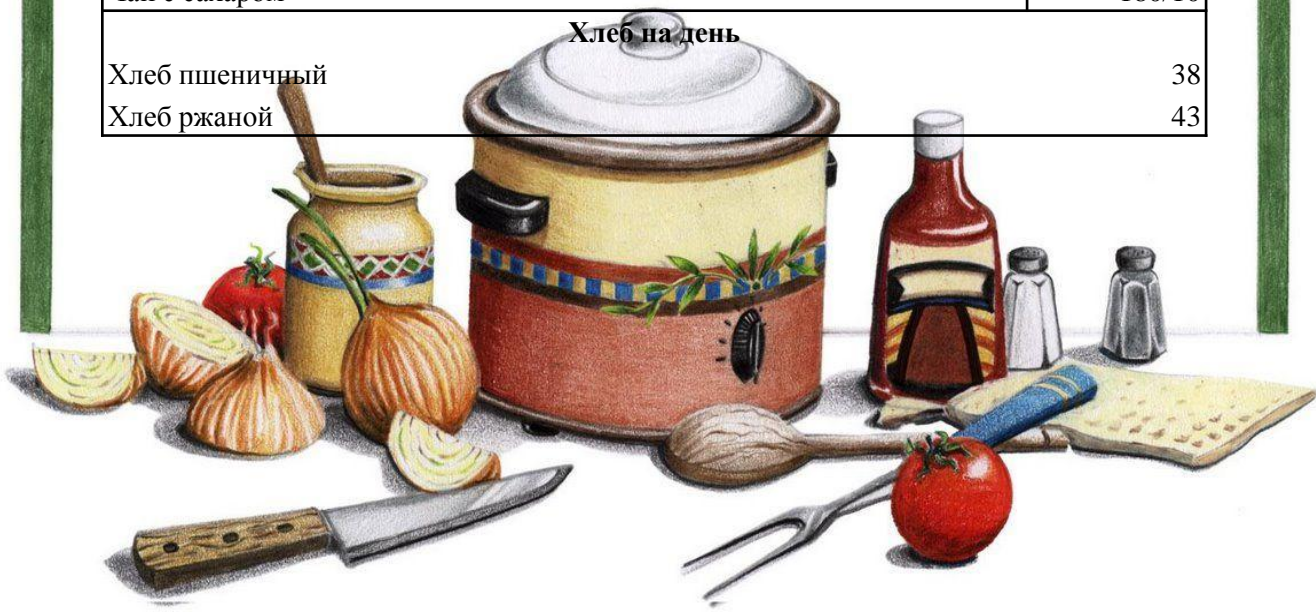


Чуднецова И.Л.
Сазыкина Н.С.
Крипа В.Г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МДОУ ЦРР –
детский сад №28
Чуднецова И.Л.

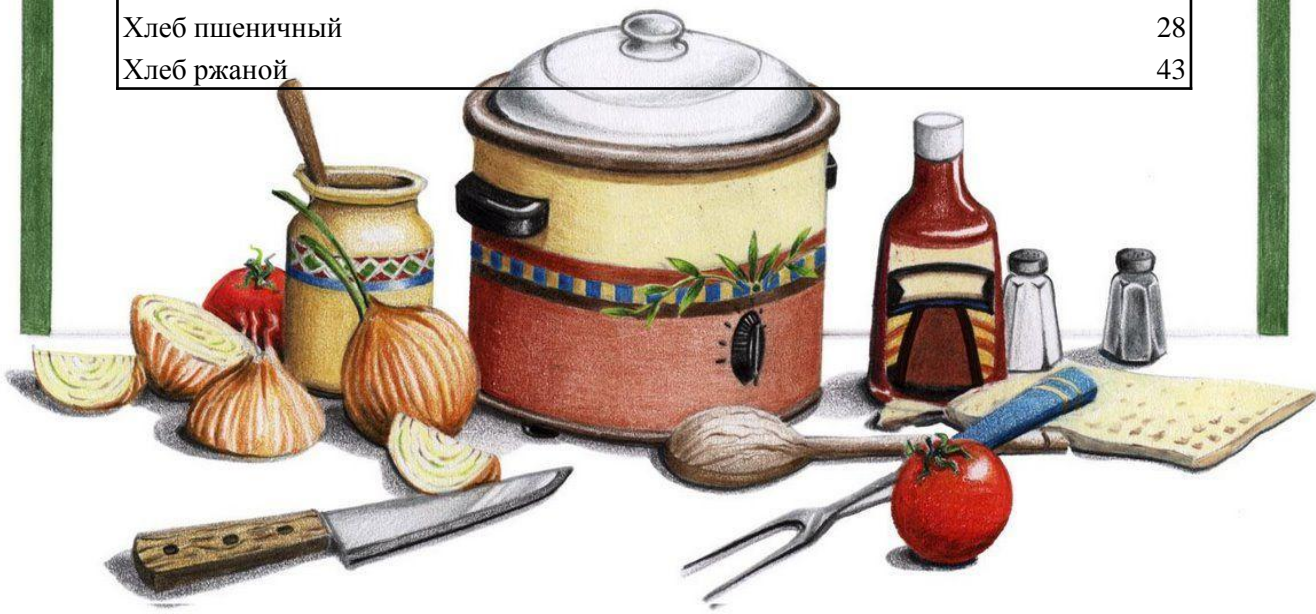
Плановое 10-ти дневное меню Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>1 неделя понедельник</u>	
Завтрак	
Суп молочный с рисовой крупой	200
Бутерброды с сыром	30/5/15
Чай с сахаром	180/10
Второй завтрак	
Кондитерские изделия	25
Фрукты по сезону	97
Сок	170
Обед	
Суп картофельный с горохом	200
Жаркое по-домашнему	60/90
Салат из свеклы с огурцами солеными	50
Компот из смеси сухофруктов	200
Полдник	
Омлет с зеленым горошком	80/5
Икра кабачковая	50
Чай с сахаром	180/10
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	38
Хлеб ржаной	43



Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>1 неделя вторник</u>	
Завтрак	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	190/5/5
Бутерброды с маслом	30/10
Кофейный напиток с молоком	180
Второй завтрак	
Кефир	180
Фрукты по сезону	97
Обед	
Рассольник ленинградский со сметаной	200
Капуста тушеная	150
Котлеты из говядины на пару	60
Свекла отварная протертая	60
Компот из смеси сухофруктов	200
Полдник	
Запеканка из творога	100
Кисель	200
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	28
Хлеб ржаной	43



Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>1 неделя среда</u>	
Завтрак	
Макароны, запеченные с сыром	160/5
Бутерброды с маслом	30/10
Какао с молоком	180
Второй завтрак	
Кондитерские изделия	25
Фрукты по сезону	97
Сок	170
Обед	
Суп картофельный с мучными клецками	200/20
Плов из птицы	80/130
Огурцы соленые	50
Компот из смеси сухофруктов	200
Полдник	
Чай с сахаром	180/10
Оладьи (с джемом)	130
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	38
Хлеб ржаной	43



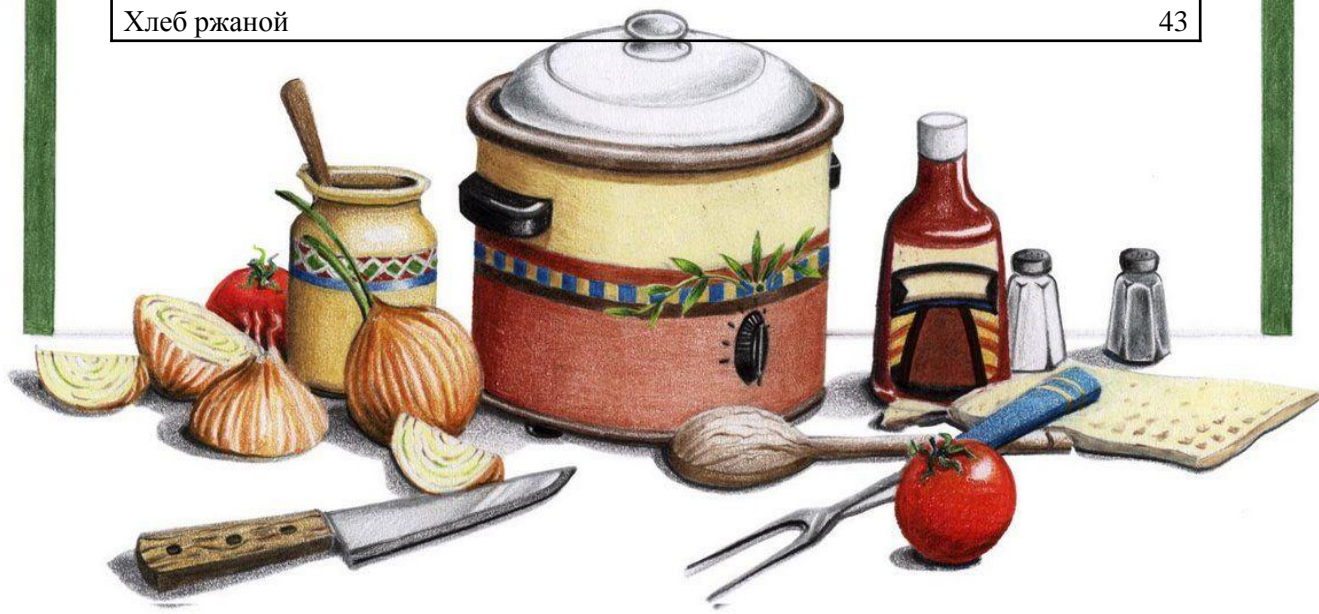
Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>1 неделя четверг</u>	
Завтрак	
Каша гречневая (гарнир)	100
Сосиски отварные	60
Кофейный напиток с молоком	180
Второй завтрак	
Кондитерские изделия	25
Фрукты по сезону	97
Молоко кипяченое	180
Обед	
Борщ с мясом	200
Картофельное пюре	150
Рыба запеченная	80
Свекла тушенная	120
Компот из смеси сухофруктов	200
Полдник	
Рагу из овощей	150
Чай с сахаром	180/10
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	68
Хлеб ржаной	43



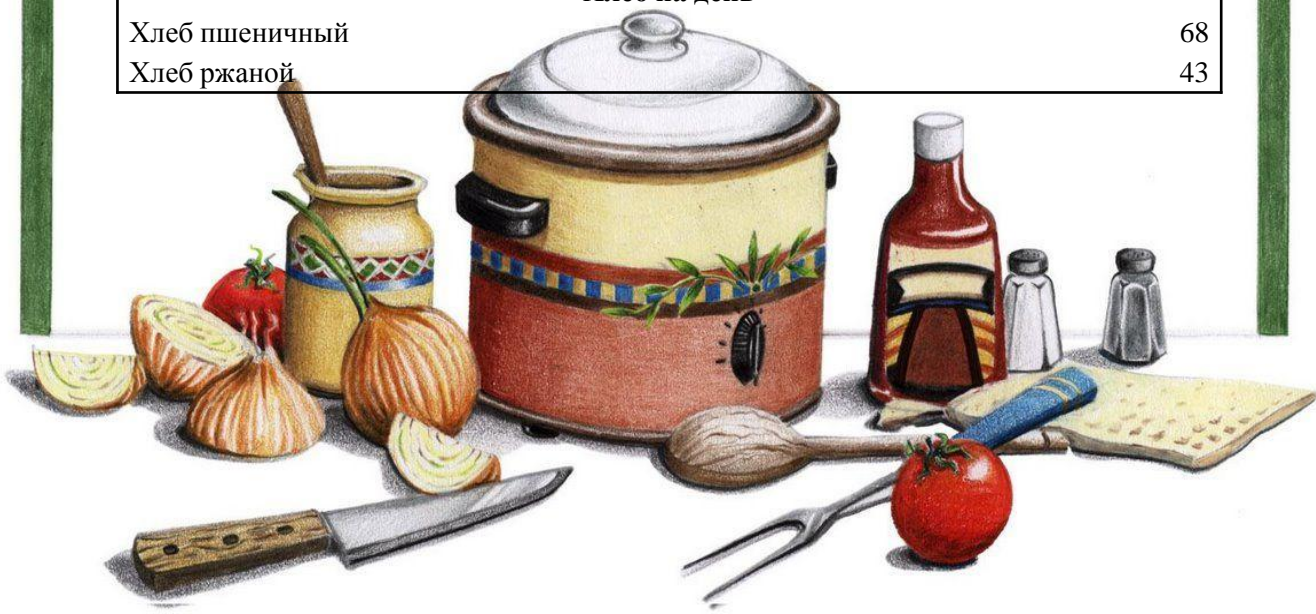
Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>1 неделя пятница</u>	
Завтрак	
Запеканка из творога	100
Какао с молоком	180
Второй завтрак	
Кефир	180
Фрукты по сезону	97
Обед	
Щи из свежей капусты	200
Картофельное пюре	150
Тефтели мясные	80
Помидоры соленые	50
Компот из смеси сухофруктов	200
Полдник	
Суп молочный с макаронными изделиями	180/10
Булочка	50
Чай с сахаром	200
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	68
Хлеб ржаной	43



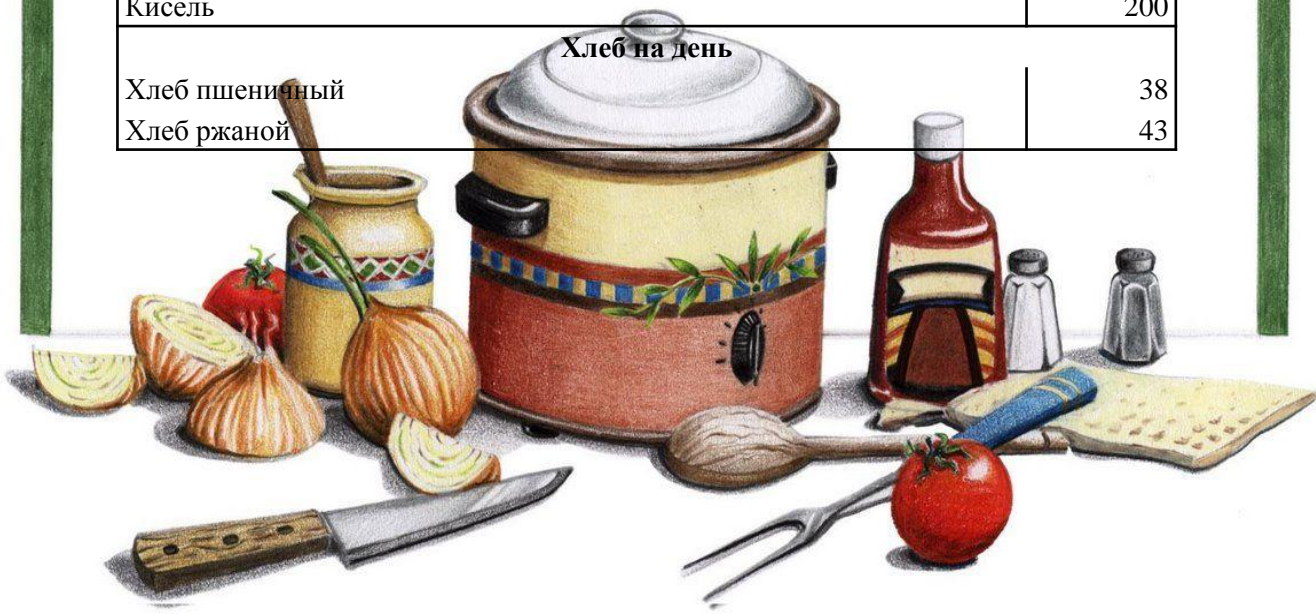
Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>2 неделя понедельник</u>	
Завтрак	
Каша манная	180/10
Яйца вареные	1 шт.
Чай с сахаром	200
Второй завтрак	
Кондитерские изделия	25
Фрукты по сезону	97
Сок	170
Обед	
Суп картофельный с фасолью	200
Макаронные изделия отварные с маслом	150
Гуляш из отварного мяса	80/80
Свекла отварная	60
Компот из смеси сухофруктов	200
Полдник	
Суп молочный с пшеном	200
Кефир	180
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	68
Хлеб ржаной	43



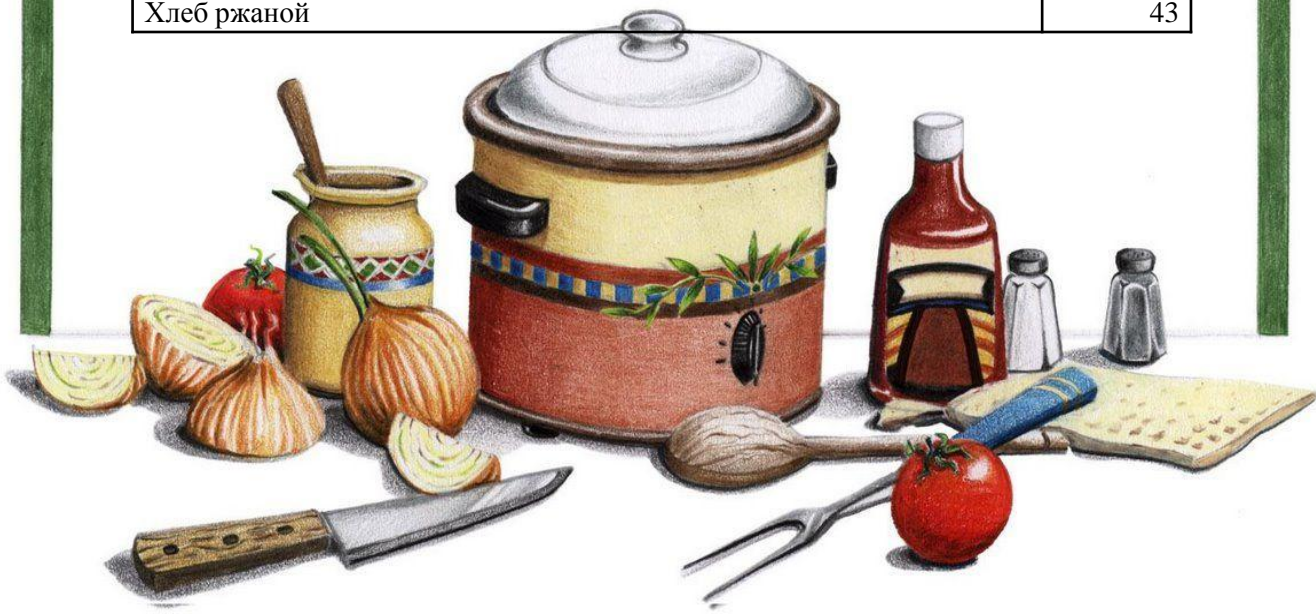
Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>2 неделя вторник</u>	
Завтрак	
Запеканка из творога	100
Бутерброды с маслом	30/10
Какао с молоком	180
Второй завтрак	
Фрукты по сезону	97
Чай с молоком	180
Обед	
Суп с рыбными консервами	200
Картофель отварной	135
Капуста тушеная	100
Рыба, запеченная в соусе с овощами	80
Салат из свеклы с огурцами солеными	50
Компот из смеси сухофруктов	200
Полдник	
Каша гречневая вязкая молочная	190/5/5
Булочка	50
Кисель	200
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	38
Хлеб ржаной	43



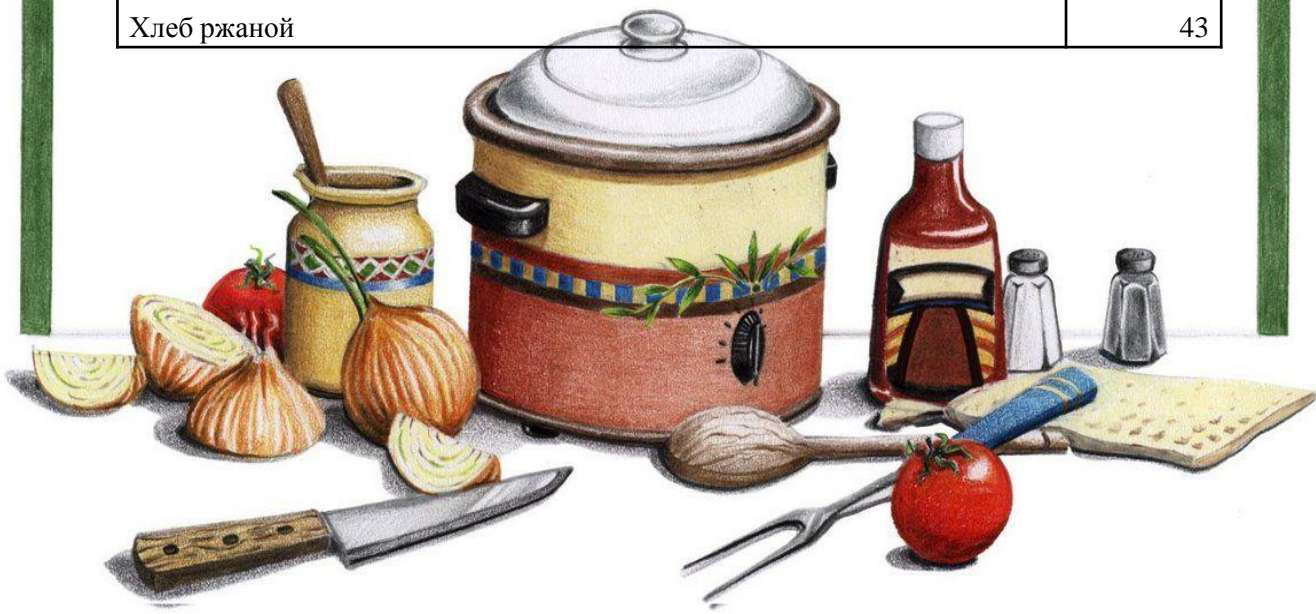
Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>2 неделя среда</u>	
Завтрак	
Каша пшеничная вязкая молочная	200
Бутерброды с сыром	30/5/15
Чай с сахаром	180/10
Второй завтрак	
Кондитерские изделия	25
Фрукты по сезону	97
Сок	170
Обед	
Борщ со свеклой	200
Птица, тушенная в соусе с овощами	180
Огурцы соленые	50
Компот из смеси сухофруктов	200
Полдник	
Омлет с кукурузой	80/5
Чай с молоком	180
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	38
Хлеб ржаной	43



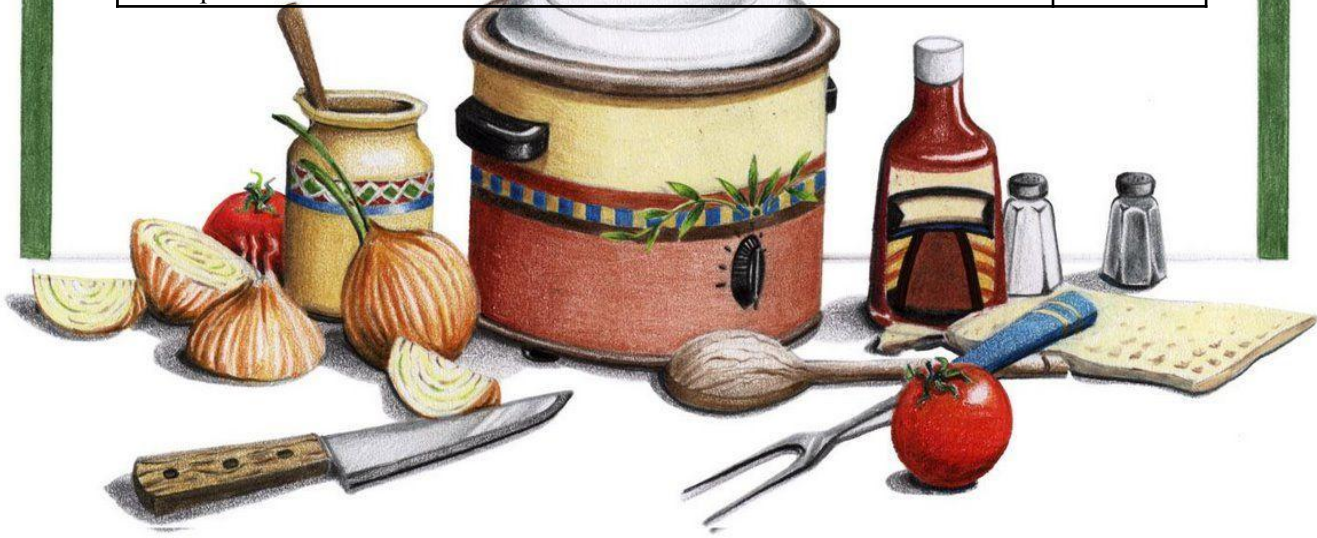
Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>2 неделя четверг</u>	
Завтрак	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	190/5/5
Кофейный напиток с молоком	180
Второй завтрак	
Кондитерские изделия	25
Фрукты по сезону	97
Сок	170
Обед	
Суп картофельный с крупой пшенной	200
Картофельное пюре	150
Бефстроганов из ПЕЧЕНИ	80
Свекла отварная протертая	60
Компот из смеси сухофруктов	200
Полдник	
Оладьи из творога со сгущенным молоком	100
Чай с сахаром	180/10
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	68
Хлеб ржаной	43



Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>2 неделя пятница</u>	
Завтрак	
Суп молочный с хлопьями овсяными "Геркулес"	200
Бутерброды с сыром	30/5/15
Какао с молоком	180
Второй завтрак	
Кефир	180
Фрукты по сезону	97
Обед	
Суп картофельный с крупой рисовой	200
Свекла тушенная	120
Котлеты из говядины на пару	60
Огурцы соленые	50
Помидоры соленые	50
Компот из смеси сухофруктов	200
Полдник	
Рагу из овощей	150
Кофейный напиток с молоком	180
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	28
Хлеб ржаной	43



Плановое 10-ти дневное меню

Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>1 неделя понедельник</u>	
Завтрак	
Суп молочный с рисовой крупой	200
Бутерброды с сыром	45
Чай с сахаром	140/10
Второй завтрак	
Кондитерские изделия	10
Фрукты по сезону	92
Сок	170
Обед	
Суп картофельный с горохом	200
Жаркое по-домашнему	170
Салат из свеклы с огурцами солеными	50
Компот из смеси сухофруктов	170
Полдник	
Омлет с зеленым горошком	65
Икра кабачковая	50
Чай с сахаром	140/10
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	21
Хлеб ржаной	34

Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>1 неделя вторник</u>	
Завтрак	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	200
Бутерброды с маслом	30/10
Кофейный напиток с молоком	150
Второй завтрак	
Фрукты по сезону	92
Кефир	150
Обед	
Рассольник ленинградский со сметаной	200
Капуста тушеная	100
Котлеты из говядины на пару	60
Свекла отварная протертая	60
Компот из смеси сухофруктов	170
Полдник	
Запеканка из творога	50
Кисель	150
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	21
Хлеб ржаной	34

Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>1 неделя среда</u>	
Завтрак	
Макароны, запеченные с сыром	102
Бутерброды с маслом	30/10
Какао с молоком	150
Второй завтрак	
Фрукты по сезону	92
Сок	170
Обед	
Суп картофельный с мучными клецками	200/20
Плов из птицы	160
Огурцы соленые	50
Компот из смеси сухофруктов	170
Полдник	
Чай с сахаром	140/10
Оладьи (с джемом)	65
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	21
Хлеб ржаной	34

Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>1 неделя четверг</u>	
Завтрак	
Каша гречневая вязкая (гарнир)	70
Яйца вареные	23
Масло (порциями)	7
Кофейный напиток с молоком	150
Второй завтрак	
Кондитерские изделия	10
Фрукты по сезону	92
Молоко кипяченое	150
Обед	
Борщ с мясом	180
Картофельное пюре	100
Рыба запеченная	60
Свекла тушенная	60
Компот из смеси сухофруктов	170
Полдник	
Рагу из овощей	80
Чай с сахаром	140/10
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	51
Хлеб ржаной	34

Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>1 неделя пятница</u>	
Завтрак	
Запеканка из творога	50
Какао с молоком	150
Второй завтрак	
Фрукты по сезону	92
Кефир	150
Обед	
Щи из свежей капусты	200
Картофельное пюре	80
Тефтели мясные	60
Помидоры соленые	50
Компот из смеси сухофруктов	170
Полдник	
Суп молочный с макаронными изделиями	200
Булочка	50
Чай с сахаром	140/10
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	51
Хлеб ржаной	34

Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>2 неделя понедельник</u>	
Завтрак	
Каша манная	200
Яйца вареные	1 шт.
Чай с сахаром	140/10
Второй завтрак	
Кондитерские изделия	10
Фрукты по сезону	92
Сок	170
Обед	
Суп картофельный с фасолью	200
Макаронные изделия отварные с маслом	100
Гуляш из отварного мяса	120
Свекла отварная	50
Компот из смеси сухофруктов	170
Полдник	
Суп молочный с пшеном	150
Кефир	150
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	51
Хлеб ржаной	34

Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>2 неделя вторник</u>	
Завтрак	
Запеканка из творога	50
Бутерброды с маслом	30/10
Какао с молоком	150
Второй завтрак	
Фрукты по сезону	92
Чай с молоком	150
Обед	
Суп с рыбными консервами	200
Картофель отварной	100
Капуста тушеная	50
Рыба, запеченная в соусе с овощами	60
Салат из свеклы с огурцами солеными	50
Компот из смеси сухофруктов	170
Полдник	
Каша гречневая вязкая молочная	190/5/5
Булочка	50
Кисель	150
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	21
Хлеб ржаной	34

Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>2 неделя среда</u>	
Завтрак	
Каша пшеничная вязкая молочная	150
Бутерброды с сыром	45
Чай с сахаром	140/10
Второй завтрак	
Кондитерские изделия	10
Фрукты по сезону	92
Сок	170
Обед	
Борщ со свеклой	200
Птица, тушенная в соусе с овощами	120
Огурцы соленые	50
Компот из смеси сухофруктов	170
Полдник	
Омлет с кукурузой	65
Чай с молоком	150
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	21
Хлеб ржаной	34

Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>2 неделя четверг</u>	
Завтрак	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	190/5/5
Кофейный напиток с молоком	150
Второй завтрак	
Кондитерские изделия	10
Фрукты по сезону	92
Сок	170
Обед	
Суп картофельный с крупой пшениной	200
Картофельное пюре	100
Бефстроганов из ПЕЧЕНИ	60
Свекла отварная протертая	60
Компот из смеси сухофруктов	170
Полдник	
Оладьи из творога со сгущенным молоком	50
Чай с сахаром	140/10
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	51
Хлеб ржаной	34

Если до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<u>2 неделя пятница</u>	
Завтрак	
Суп молочный с хлопьями овсяными "Геркулес"	200
Бутерброды с сыром	45
Какао с молоком	150
Второй завтрак	
Фрукты по сезону	92
Кефир	150
Обед	
Суп картофельный с крупой рисовой	200
Свекла тушенная	60
Котлеты из говядины на пару	60
Огурцы соленые	50
Помидоры соленые	50
Компот из смеси сухофруктов	170
Полдник	
Рагу из овощей	105
Кофейный напиток с молоком	150
Хлеб на день	
Хлеб пшеничный	11
Хлеб ржаной	34