

УТВЕРЖАЮ

Врио. заведующего МБДОУ

№ 45 «Синтем» г.Грозного

Ахмадова М.Г.-А

« 04 » 2025

Примерное десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет,

с 12 - ти часовым пребыванием в дошкольных учреждениях

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША ЯЧНЕВАЯ 200	КАША МАННАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ 200	КАША ГЕРКУЛЕСОВ АЯ 200	КАША КУКУРУЗНАЯ 200	КАША ЯЧНЕВАЯ 200	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ 200	КАША КУКУРУЗНАЯ 200	КАША МАННАЯ 200
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 35	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/10/7	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/10/7	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/10/7	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/7/3
II Завтрак									
ПЕЧЕНЬЕ 15	ЯБЛОКО 100	ВАФЛИ 30	ПЕЧЕНЬЕ 30	ВАФЛИ 15	ПЕЧЕНЬЕ 20	ВАФЛИ 20	ПЕЧЕНЬЕ 20	ВАФЛИ 15	ПЕЧЕНЬЕ 15
НАПИТОК (Вкусносок) 70		НАПИТОК (вкусносок) 70	НАПИТОК (вкусносок) 70	НАПИТОК (вкусносок) 70	НАПИТОК (Вкусносок) 70	НАПИТОК (Вкусносок) 70	НАПИТОК (Вкусносок) 70	НАПИТОК (Вкусносок) 70	НАПИТОК (Вкусносок) 70

Обед									
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 60	САЛАТ "ОВОЩНОЙ" 60	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАНОЙ КАПУСТЫ С ИЗЮМОМ 50	САЛАТ «ОВОЩНОЙ» 60	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАНОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛГОРОШКОМ 60	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ой ВАРИАНТ) 50	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 60	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАНОЙ КАПУСТЫ С КУКУРУЗНОЙ КОНСЕРВИРОВАННОЙ 60	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 50	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАНОЙ КАПУСТЫ С КУКУРУЗНОЙ КОНСЕРВИРОВАННОЙ 60
БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОПОШИНКОВАННЫМИ) 200	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 200	СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ 180	СУП-КУЛЕШ 200	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 200	СУП ПШЕННЫЙ С МЯСОМ (КУЛЕШ) 180/25	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ 200	СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ 180	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (МЕЛКОПОШИНКОВАННЫМИ) 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200
МЯСО ТУШЕНОЕ 60	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ 70	КУРИЦА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ 50	МЯСО ТУШЕНОЕ 60	ПЛОВ МЯСНОЙ 200	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 80	ПЛОВ МЯСНОЙ 200	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ 60	МЯСО ТУШЕНОЕ 60	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 150
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	КОМПОТ 200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 155	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200
КОМПОТ 2000	КОМПОТ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОМПОТ 2000	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ 20	
Уплотненный полдник									
КАША ПШЕНИЧНАЯ 200	БУЛОЧКА К ЧАЮ 50	КАША ПШЕННАЯ 200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ 200	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 200	КАША ПШЕННАЯ 200	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ 200
ПЕЧЕНЬЕ 35	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	ВАФЛИ 50	БЛИНЧИКИ 105	БУЛОЧКА К ЧАЮ 50	БЛИНЧИКИ 105	БУЛОЧКА К ЧАЮ 50	ПИРОЖКИ 100	БЛИНЧИКИ 100	БУЛОЧКА К ЧАЮ 50
КИСЕЛЬ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КИСЕЛЬ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200/15	КИСЕЛЬ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15

[illegible]