*Планируемое меню МАОУ «СОШ№38» дошкольные группы Утверждаю директор МАОУ «СОШ№38 г.Улан-Удэ» В.С.Турунхаева*

*группы 12 часового пребывания*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 неделя** |  | | |  | | | |  | | |  | | |  | | | |
|  | **День 1 понедельник/выход блюда** | | | **День 2 вторник /выход блюда** | | | | **День 3 среда** | | | **День 4 четверг** | | | **День 5 пятница** | | | |
| завтрак | Каша манная молочная | 200 | | Каша Дружба | 200 | | | Суп молочный с вермишелью | | 200 | Каша рисовая молочная | 200 | | Каша пшенная молочная | 200 | | |
| завтрак | Чай с молоком | 200 | | Чай с лимоном | 200 | | | Какао на молоке | | 200 | Чай с молоком | 200 | | Чай с лимоном | 200 | | |
| завтрак | Батон с маслом | 30/5 | | Батон с маслом | 30/5 | | | Яйцо варенное | | 40 | Конфета |  | | Батон с маслом | 30/5 | | |
|  |  |  | |  |  | | | Батон с маслом | | 30/5 | Батон с маслом | 30/5 | |  |  | | |
|  |  |  | |  |  | | |  | |  |  |  | |  |  | | |
| 10 часов | Сок фруктовый | 150 | | Морс из свежих ягод | 150 | | | Фрукты | | 150 | Снежок/Сок | 150 | | Фрукты | 150 | | |
|  |  |  | |  |  | | |  | |  |  |  | |  |  | | |
| обед | Суп полевой | 200 | | Борщ со сметаной | 200 | | | Рассольник со сметаной | | 200 | Суп гороховый | 200 | | Суп свекольник со сметаной | 200 | | |
| обед | Суфле из отварного мяса запеченное | 150 | | Котлета из говядины | 80 | | | Бефстроганов из печени/котлета рыбная | | 80 | Котлета из говядины | 80 | | Тефтеля рыбная | 90 | | |
| обед | Компот из изюма | 200 | | Каша гречневая | 100 | | | Картофельное пюре | | 120 | Лапша отварная | 150 | | Соус томатный | 30 | | |
| обед | Хлеб | 50 | | Соус томатный | 30 | | | Компот из сухофруктов | | 200 | Кисель из свежих ягод | 200 | | Салат из зеленого горошка/кукурузы с луком | 50 | | |
|  |  |  | | Компот из кураги | 200 | | | Хлеб | | 50 | Хлеб | 50 | | Компот из сухофруктов/чернослива | 200 | | |
|  |  |  | | Хлеб | 50 | | |  | | 50 |  |  | | Хлеб | 50 | | |
|  |  |  | |  |  | | |  | |  |  |  | |  |  | | |
| ужин | Расстегай с рыбой | 100 | | Сырники творожные | 150 | | | Ватрушка с повидлом/булочка дорожная | | 100 | Овощное рагу/Овощи тушеные | 200 | | Беляши мясные духовые | 210 | | |
| ужин | Чай с сахаром | 200 | | Сгущенное молоко | | 20 | | Чай с молоком | 200 | | Чай с сахаром | 200 | | Чай с сахаром | | 200 | |
| ужин |  |  | | Чай | | 200 | |  |  | | Хлеб | 50 | |  | |  | |
| ужин |  |  | | Хлеб | | 50 | |  |  | |  |  | |  | |  | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  |  | |  | |  | |
| Доп.ужин | Молоко | 200 | | Молоко | | 200 | | Чай с молоком | 200 | | Молоко | 200 | | Молоко | | 200 | |
| Доп.ужин | сухарь | 50 | | печенье | | 50 | | пряник | 50 | | вафля | 50 | | баранка | | 50 | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  |  | |  | |  | |
| **2 неделя** | **День 6 понедельник** |  | | **День 7 вторник** | |  | | **День 8 среда** |  | | **День 9 четверг** |  | | **День 10 пятница** | |  | |
| завтрак | Каша геркулесовая | 200 | | Каша Рябушка | | 200 | | Каша пшенная молочная | 200 | | Суп молочный с вермишелью | 200 | | Каша гречневая молочная | | 200 | |
| завтрак | Чай с молоком | 200 | | Чай с молоком | | 200 | | Какао на молоке | 200 | | Чай с молоком | 200 | | Коф.напиток/какао | |  | |
| завтрак | Конфета |  | | Батон с маслом | |  | | Батон с маслом |  | | Батон с маслом |  | | Батон с маслом и сыром | |  | |
| завтрак | Батон с маслом |  | |  | |  | |  |  | |  |  | |  | |  | |
| 10 часов | Сок фруктовый |  | | Морс из свежих ягод | |  | | Фрукты |  | | Снежок/йогурт |  | | Фрукты | |  | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  |  | |  | |  | |
| обед | Щи со сметаной |  | | Суп гороховый с гренками | |  | | Суп гречневый |  | | Борщ карвсный со сметаной |  | | Суп вермишелевый | |  | |
| обед | Запеканка макаронная с мясом/лапшевник |  | | Тефтели мясокрупянные | |  | | Азу с картофелем |  | | Котлета из говядины |  | | Бефстроганов из печени/оладьи из печени | |  | |
| обед | Компот из кураги |  | | Соус сметанный | |  | | Сельдь соленая порционная |  | | Лапша отварная |  | | Картофельное пюре | |  | |
| обед | Хлеб |  | | Компот из изюма | |  | | Компот из чернослива |  | | Соус томатный |  | | Компот из сухофруктов | |  | |
|  |  |  | | Хлеб | |  | | Хлеб |  | | Хлеб |  | | Хлеб | |  | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | | Кисель из свежих ягод |  | |  | |  | |
| ужин | Рыба под овощами |  | | Лепешки духовые/пирожки печенные с сердцем | |  | | Рис совощами кукурузой/колбасой |  | | Творожная запеканка |  | | Сосиска в тесте | |  | |
| ужин | Чай с сахаром |  | | Сгущенное молоко | |  | | Чай |  | | Чай |  | | Чай с сахаром | |  | |
| ужин | Хлеб |  | | Чай с сахаром/чай | |  | | Хлеб |  | | Сгущенное молоко |  | |  | |  | |
|  |  |  | |  | |  | | Конфета |  | |  |  | |  | |  | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  |  | |  | |  | |
| доп.ужин | Молоко |  | | Молоко | |  | | Молоко |  | | Молоко |  | | Молоко | |  | |
| доп.ужин | Сухарь |  | | Печенье | |  | | Пряник |  | | Вафля |  | | Баранка | |  | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  |  | |  | |  | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  |  | |  | |  | |
| **3 неделя** | **День 1 понедельник** |  | | **День 2 вторник** | |  | | **День 3 среда** |  | | **День 4 четверг** |  | | **День 5 пятница** | |  | |
| завтрак | Каша геркулесовая |  | | Каша гречневая молочная | |  | | Каша пшенная молочная |  | | Каша ячневая молочная |  | | Каша рисовая молочная | |  | |
| завтрак | Чай с молоком |  | | Чай с молоком | |  | | Какао на молоке |  | | Чай с лимоном |  | | Чай с молоком | |  | |
| завтрак | Батон с маслом |  | | Батон с маслом | |  | | Батон с маслом и сыром |  | | Батон с маслом |  | | Батон с маслом | |  | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  |  | |  | |  | |
| 10 часов | Сок фруктовый |  | | Морс из свежих ягод | |  | | Фрукты |  | | Снежок/йогурт |  | | Фрукты | |  | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  |  | |  | |  | |
| обед | Суп полевой со сметаной |  | | Суп харчо на м/к бульоне | |  | | Свекольник со сметаной на м/к бульоне |  | | Суп картофельный с мясными фрикадельками |  | | Суп гороховый | |  | |
| обед | Суфле из отварного мяса запеченное |  | | Жаркое по -домашнему | |  | | Колдуны с мясом/Позы |  | | Колбаса отварная/рыба порционная |  | | Гуляш из говядины | |  | |
| обед | Соус томатный |  | | Компот из кураги | |  | | Компот из сухофруктов/чай с молоком |  | | Рис с овощами |  | | Лапша отварная Соус томатный | |  | |
| обед | Компот из изюма |  | | Сельдь порционная | |  | |  |  | | Кисель из свежих ягод |  | | Компот из чернослива | |  | |
| обед | Хлеб |  | | Хлеб | |  | | Хлеб |  | | Хлеб |  | |  | |  | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  |  | |  | |  | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  |  | |  | |  | |
| ужин | Расстегай с рыбой |  | | Каша кукурузная | |  | | Манник /манные биточки/Блины |  | | Ватрушка с творогом/повидлом |  | | Сдоба/булочка пирожки с картошкой/печенью | |  | |
| ужин | Чай с сахаром |  | | Чай с сахаром | |  | | Сгущенное молоко |  | |  |  | |  | |  | |
|  |  |  | | Хлеб | |  | | Чай |  | |  |  | |  | |  | |
|  |  |  | |  | |  | |  |  | |  |  | |  | |  | |
| доп.ужин | Молоко |  | | Молоко | |  | | Чай с молоком |  | | Молоко |  | | Молоко | |  | |
| доп.ужин | Пряник |  | | Вафля | |  | | Печенье |  | | Сухарь |  | | Баранка | |  | |
| **4 неделя** | **6 День понедельник** | | | **День 7 вторник** | | | | **День 8 среда** | | | **День 9 четверг** | |  | **День 10 пятница** | | |  |
| завтрак | Каша манная молочная | |  | Каша рисовая молочная | | |  | Суп молочный с вермишелью | |  | Каша геркулесовая | |  | Каша ячневая молочная | | |  |
| завтрак | Батон с маслом | |  | Батон с маслом | | |  | Батон с маслом | |  | Батон с маслом | |  | Батон с маслом | | |  |
| завтрак | Чай с сахаром | |  | Чай с молоком | | |  | Яйцо отварное | |  | Какао на молоке | |  | Какао на молоке | | |  |
|  |  | |  |  | | |  | Какао на молоке | |  |  | |  |  | | |  |
| 10 часов | Сок | |  | Снежок | | |  | Фрукты | |  | Морс из свежих ягод | |  | Фрукты | | |  |
|  |  | |  |  | | |  |  | |  |  | |  |  | | |  |
| обед | Рассольник со сметаной | |  | Суп кудрявый | | |  | Суп с клецками | |  | Суп картофельный с рыбой | |  | Щи со сметаной | | |  |
|  | Каша гречневая | |  | Картофельное пюре | | |  | Капуста тушенная | |  | Тефтели мясная | |  | Котлета рыбная | | |  |
|  | Шницель | |  | Сосиска отварная/колбаса | | |  |  | |  | Соус томатный | |  | Каша перловая | | |  |
|  | Компот из изюма | |  | Компот сухофруктов | | |  | Компот из кураги | |  | Кисель из свежих ягод | |  | Компот из сухофруктов | | |  |
|  | Хлеб | |  | Хлеб | | |  | Хлеб | |  | Хлеб | |  | Хлеб | | |  |
|  |  | |  |  | | |  |  | |  |  | |  |  | | |  |
|  |  | |  |  | | |  |  | |  |  | |  |  | | |  |
| ужин | Лапша отварная с сыром/колбаса | |  | Кулеш | | |  | Каша гречневая сладкая | |  | Торт Улыбка | |  | Ватрушка с повидлом/булка нарезная | | |  |
|  | Хлеб | |  | Чай с сахаром/конфета | | |  | Молоко | |  | Сгущенное молоко | |  |  | | |  |
|  | Чай с молоком | |  | Хлеб | | |  | Хлеб | |  | Чай | |  | Чай с молоком | | |  |
|  |  | |  |  | | |  | Конфета | |  |  | |  |  | | |  |
|  |  | |  |  | | |  |  | |  |  | |  |  | | |  |
| доп.ужин | Молоко | |  | Молоко | | |  | Чай с молоком | |  | Молоко | |  | Молоко | | |  |
|  | Сухарь | |  | Печенье | | |  | Вафля | |  | Пряник | |  | Печенье | | |  |