*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 |  |