

муниципальное дошкольное образовательное учреждение детского сада «Большешуликовский»

Тамбовская область, Моршанский район,
пос.Центральный, ул.Первомайская,д.13 а

E-mail: bolds@r33.tambov.gov.ru

Сайт: <http://dbkulmr.68edu.ru>

Тел. (47533) 55-3-12

Согласовано:

Начальник территориального отдела Управления
Роспотребнадзора по Тамбовской области в
г. Моршанске, Моршанском, Пичаевском и Сосновском районах
Ланкин К.А.

2023г.



И.о.заведующего
МБДОУ детский сад «Большешуликовский»
М.А.Зebreva
Приказ № 74-од от 14.08.2023

Примерное 10-ти дневное меню МБДОУ детского сада «Большешуликовский»

на 2023-2024 гг.

	Завтрак			Второй завтрак			Обед			Полдник		
	Наименование			Наименование			Наименование			Наименование		
	Выход блюда	Выход блюда	Выход блюда	Наименование	Выход блюда	Наименование	Выход блюда	Наименование	Выход блюда	Наименование	Выход блюда	Наименование
1	2	3	4	5	6	7	8	9	1. Понедель	1. Какао 2. Сырники со сметанным соусом	180/200 110/25 150/30	
	1. Каша молочная геркулесовая 2. Чай 3. Хлеб пшеничный	150/200 150/200 45/50	1. Банан	100/100	0. 1. Суп рыбный 2. Овощное рагу с мясом 3. Сок	150/200 180/220 150/180	1. Какао			1. Какао 2. Сырники со сметанным соусом	180/200 110/25 150/30	
2. Вторник	1 Омлет с зеленым горошком 2. Чай 3. Хлеб пшеничный с маслом	150/30 150/50 150/200 45/5 50/6	1. Апельсин	100/100	0. Икра морковная 1. Суп рисовый на м/б 2. Гречка отварная, котлета куриная. 3. Компот из сухофруктов	30/50 150/200 110/70 150/80 150/180	1. Кофейный напиток 2. Булочка домашняя	150/200 70/80		1. Кофейный напиток 2. Булочка домашняя	150/200 70/80	
3. Среда	1. Каша «Дружба» 2. Чай 3. Хлеб пшеничный	150/200 150/180 45/50	1. Сок 2. Печенье	100/100 45/60	0. Икра свекольная 1. Суп гороховый на м/б с гречками 2. Капуста тушеная с мясом 3. Компот из сухофруктов	30/50 150/200 180/220 150/180	1. Кисель 2. Блины с повидлом 3. Банан	150/180 100/8; 100/10 60/75		1. Кисель 2. Блины с повидлом 3. Банан	150/180 100/8; 100/10 60/75	
14. Четверг	1. Каша молочная манная 2. Чай 3. Хлеб пшеничный с маслом	150/200 150/200 45/5 50/6	1. Яблоко	100/100	0. 1. Рассольник с крупой перловой на м/б 2. Картофельное пюре, котлета рыбная 3. Компот из сухофруктов	150/200 120/70 150/80 150/180	1. Чай с молоком 2. Яйцо варёное с кабачковой икрой 3. Хлеб пшеничный	180/200 40/40 15/20 45/50		1. Чай с молоком 2. Яйцо варёное с кабачковой икрой 3. Хлеб пшеничный	180/200 40/40 15/20 45/50	
5. Пятница	1. Молочная вермишель 2. Чай 3. Хлеб пшеничный с маслом	150/200 150/200 45/5 50/6	1. Сок	100/100	0. 1. Борщ со сметаной 2. Рис отварной, мясная котлета подлив 3. Компот из сухофруктов	150/200 120/60 150/80 150/180	1. Какао 2. Творожная запеканка с повидлом	180/200 90/10 150/20		1. Какао 2. Творожная запеканка с повидлом	180/200 90/10 150/20	

1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Понеделье	1. Каша молочная пшеничная 2. Чай 3. Хлеб пшеничный с маслом	150/200 150/200 45/5 50/6	1. Сок	100/100	0. 1. Суп с вермишелью на м/б 2. Плов с мясом 3. Компот из сухофруктов	150/200 160/220 150/180	1. Какао 2. Хлеб пшеничный 3. Яйцо вареное с кабачковой икрой	180/200 45/50 40/40 15/20
7. Вторник	1. Каша рисовая молочная 2. Чай 3. Хлеб пшеничный с маслом	150/200 150/200 45/5 50/6	1. Апельсин	100/100	0. 1. Свекольник на м/б 2. Картофель тушеный с овощами, котлета куриная 3. Компот из сухофруктов	150/200 110/60 150/80 150/180	1. Чай с молоком 2. Оладьи с повидлом	180/200 60/10 120/12
8. Среда	1. Каша молочная кукурузная 2. Чай 3. Хлеб пшеничный с маслом	150/200 150/200 45/5 50/6	1. Банан	100/100	0. 1. Суп картофельный с фрикадельками 2. Рожки с рыбными биточками 3. Компот из сухофруктов	150/200 120/70 150/80 150/180	1. Кофейный напиток 2. Омлет	150/200 150/150
9. Четверг	1. Каша пшеничная молочная 2. Чай 3. Хлеб пшеничный с маслом	150/200 150/200 45/8 50/9	1. Яблоко	100/100	0. Икра свекольная 1. Щи на м/б 2. Вермишель отварная, тефтели мясные. 3. Компот из сухофруктов	30/50 150/200 120/150 70/80 150/180	1. Сок 2. Кондитерские изделия (печенье, вафли, пряники)	150/180 45/60
10. Пятница	1. Каша гречневая молочная 2. Чай 3. Хлеб пшеничный с маслом	150/200 150/200 45/5 50/6	1. Сок	100/100	0. 1. Суп крестьянский с пшеном на м/б 2. Овощи тушеные с мясом 3. Компот из сухофруктов	150/200 180/220 150/180	1. Кисель 2. Манный пудинг 3. Яблоко	150/180 90/150 60/75