

СОГЛАСОВАНО

*Амет**Медсестра (должность)**Анфисова Н.И. (ФИО)**09.01.2023 (дата)*

УТВЕРЖДАЮ

*Заведующий (должность)**Анфисова Н.И. (ФИО)**09.01.2023 (дата)**09.01.2023 - 30.04.2023*

План-меню: Меню десятидневное

Категория: Ясли

| День 1                                             |     | День 2                             |     | День 3                                      |     | День 4                                           |     | День 5                                       |     |
|----------------------------------------------------|-----|------------------------------------|-----|---------------------------------------------|-----|--------------------------------------------------|-----|----------------------------------------------|-----|
| ЗАВТРАК                                            |     | ЗАВТРАК                            |     | ЗАВТРАК                                     |     | ЗАВТРАК                                          |     | ЗАВТРАК                                      |     |
| Суп молочный с крупой - 22/2                       | 150 | Каша "Дружба" - 266                | 150 | Каша манная вязкая - 256                    | 150 | Каша гречневая вязкая - 254                      | 150 | Каша ячневая вязкая - 261                    | 150 |
| Бутерброды с сыром и маслом - 96                   | 30  | Бутерброд с маслом - 99            | 23  | Бутерброды с джемом или повидлом - 101      | 30  | Бутерброды с сыром - 97                          | 30  | Батон нарезной - 117                         | 20  |
| Кофейный напиток с молоком - 513                   | 180 | Какао с молоком ступенным - 510    | 180 | Чай с молоком - 506                         | 180 | Чай с сахаром - 502                              | 180 | Кофейный напиток на ступенном молоке - 512   | 180 |
| ЗАВТРАК 2                                          |     | ЗАВТРАК 2                          |     | ЗАВТРАК 2                                   |     | ЗАВТРАК 2                                        |     | ЗАВТРАК 2                                    |     |
| Сок абрикосовый - 537 (2)                          | 150 | Фрукт груша - 118 (2)              | 95  | Соки овощные, фруктовые и ягодные - 537 (3) | 150 | Фрукты свежие - 118 (12)                         | 95  | Соки овощные, фруктовые и ягодные - 537 (1)  | 150 |
| ОБЕД                                               |     | ОБЕД                               |     | ОБЕД                                        |     | ОБЕД                                             |     | ОБЕД                                         |     |
| Суп из овощей с фасолью - 148                      | 150 | Рассольник ленинградский - 139     | 150 | Борщ с капустой и картофелем - 133          | 150 | Суп с макаронными изделиями и картофелем - 164   | 150 | Суп из овощей с зеленым горошком - 149       | 150 |
| Каша гречневая рассыпчатая - 243                   | 110 | Жаркое по-домашнему - 374          | 150 | Макаронные изделия отварные - 297           | 120 | Каша рисовая рассыпчатая - 246                   | 110 | Картофель отварной - 179                     | 110 |
| Котлеты, биточки, шницели - 386                    | 60  | Компот из яблок с лимоном - 528    | 150 | Котлеты, биточки, шницели припущенные - 417 | 60  | Компот из плодов или ягод сушеных - 531          | 150 | Хлеб пшеничный - 114                         | 20  |
| Компот из сухофруктов - 527                        | 150 | Хлеб пшеничный - 114               | 20  | Компот из вишен и яблок - 532               | 150 | Хлеб пшеничный - 114                             | 20  | Хлеб ржаной - 115                            | 10  |
| Хлеб пшеничный - 114                               | 20  | Хлеб ржаной - 115                  | 10  | Хлеб пшеничный - 114                        | 20  | Хлеб ржаной - 115                                | 10  | Компот из смеси сухофруктов - 642            | 200 |
| Хлеб ржаной - 115                                  | 10  |                                    |     | Хлеб ржаной - 115                           | 10  | Гуляш - 373                                      | 70  | Тефтели в молочном соусе - 393               | 60  |
| Соус красный основной - 465                        | 30  |                                    |     |                                             |     |                                                  |     |                                              |     |
| УЖИН                                               |     | УЖИН                               |     | УЖИН                                        |     | УЖИН                                             |     | УЖИН                                         |     |
| Рыба, запеченная с картофелем по-русски - 346      | 130 | Салат из моркови и яблок - 21      | 45  | Картофельное пюре - 434                     | 110 | Винегрет овощной - 82                            | 45  | Макаронные изделия, запеченные с сыром - 302 | 120 |
| Пирожки печеные из слоистого теста - 656           | 70  | Запеканка рисовая с творогом - 322 | 130 | Суфле рыбное - 341                          | 60  | Омлет натуральный - 307                          | 130 | Чай с сахаром, вареньем - 503                | 150 |
| Кисель из концентрата плодового или ягодного - 516 | 150 | Молоко ступенное - 490             | 25  | Чай с сахаром - 502                         | 180 | Чай с лимоном - 504                              | 150 | Хлеб пшеничный - 114                         | 20  |
| Хлеб пшеничный - 114                               | 20  | Хлеб пшеничный - 114               | 20  | Хлеб пшеничный - 114                        | 20  | Хлеб пшеничный - 114                             | 20  | Салат из капусты с морковью - 2              | 40  |
|                                                    |     | Напиток из шиповника - 538         | 150 |                                             |     | Кольцо слоеное, обсыпанное сахарной пудрой - 588 | 70  |                                              |     |

| День 6                                            |     | День 7                                                      |     | День 8                                             |     | День 9                                      |     | День 10                                |     |
|---------------------------------------------------|-----|-------------------------------------------------------------|-----|----------------------------------------------------|-----|---------------------------------------------|-----|----------------------------------------|-----|
| ЗАВТРАК                                           |     | ЗАВТРАК                                                     |     | ЗАВТРАК                                            |     | ЗАВТРАК                                     |     | ЗАВТРАК                                |     |
| Суп молочный с макаронными изделиями - 171        | 150 | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая - 253             | 150 | Каша рисовая вязкая - 259                          | 150 | Каша пшеничная вязкая - 264                 | 150 | Каша пшеничная вязкая - 262            | 150 |
| Бутерброды с маслом - 100                         | 23  | Чай с молоком - 507                                         | 180 | Чай с сахаром, вареньем - 503                      | 150 | Бутерброды с маслом - 100                   | 23  | Батон нарезной - 117                   | 20  |
| Какао с молоком - 509                             | 150 | Бутерброды с джемом или повидлом - 102                      | 30  | Бутерброды с сыром - 97                            | 30  | Кофейный напиток с молоком - 514            | 180 | Какао с молоком - 509                  | 150 |
| ЗАВТРАК 2                                         |     | ЗАВТРАК 2                                                   |     | ЗАВТРАК 2                                          |     | ЗАВТРАК 2                                   |     | ЗАВТРАК 2                              |     |
| Плоды свежие - 118 (10)                           | 95  | Соки овощные, фруктовые и ягодные - 537 (4)                 | 150 | Плоды свежие - 118 (1)                             | 95  | Соки овощные, фруктовые и ягодные - 537 (1) | 150 | Плоды свежие - 118 (6)                 | 95  |
| ОБЕД                                              |     | ОБЕД                                                        |     | ОБЕД                                               |     | ОБЕД                                        |     | ОБЕД                                   |     |
| Суп-порре из картофеля - 165                      | 150 | Суп картофельный с мясными фрикадельками - 154              | 150 | Щи из свежей капусты с картофелем - 147            | 150 | Суп-лапша домашняя - 162                    | 150 | Свекольник - 136                       | 150 |
| Каша гречневая рассыпчатая - 243                  | 110 | Кнели из кур с рисом - 416                                  | 60  | Азу - 370                                          | 150 | Картофельное пюре - 434                     | 110 | Плов из отварной курицы - 411          | 150 |
| Котлеты, биточки, шинцели припущенные - 417       | 60  | Сложный гарнир (Картофельное пюре с капустой тушеной) - 440 | 110 | Хлеб ржаной - 115                                  | 10  | Курица в соусе с томатом - 410              | 70  | Компот из вишен и яблок - 532          | 150 |
| Компот из сухофруктов - 527                       | 150 | Напиток клюквенный - 539                                    | 150 | Хлеб пшеничный - 114                               | 20  | Компот из сухофруктов - 527                 | 150 | Хлеб пшеничный - 114                   | 20  |
| Хлеб пшеничный - 114                              | 20  | Хлеб пшеничный - 114                                        | 20  | Напиток морковно-яблочный - 541                    | 150 | Хлеб пшеничный - 114                        | 20  | Хлеб ржаной - 115                      | 10  |
| Хлеб ржаной - 115                                 | 10  | Хлеб ржаной - 115                                           | 10  |                                                    |     | Хлеб ржаной - 115                           | 10  |                                        |     |
| Соус красный основной - 465                       | 30  |                                                             |     |                                                    |     |                                             |     |                                        |     |
| УЖИН                                              |     | УЖИН                                                        |     | УЖИН                                               |     | УЖИН                                        |     | УЖИН                                   |     |
| Уха с крупой - 158                                | 150 | Салат из моркови, яблок, апельсина - 23                     | 45  | Салат полевой - 65                                 | 45  | Рыба, тушенная в сметанном соусе - 348      | 70  | Соус белый основной - 457              | 30  |
| Ватрушки с творожным, овощным, фруктовым, сладким | 70  | Запеканка из творога - 319 (1)                              | 120 | Макаронные изделия отварные - 297                  | 120 | Каша рисовая рассыпчатая - 246              | 110 | Картофельная запеканка с печенью - 382 | 130 |
| Хлеб пшеничный - 114                              | 20  | Молоко сгущенное - 490                                      | 25  | Кисель из концентрата плодового или ягодного - 516 | 150 | Хлеб пшеничный - 114                        | 20  | Чай с сахаром - 502                    | 180 |
| Напиток морковно-яблочный - 541                   | 150 | Хлеб пшеничный - 114                                        | 20  | Хлеб пшеничный - 114                               | 20  | Чай с лимоном - 505                         | 150 | Хлеб пшеничный - 114                   | 20  |
|                                                   |     | Компот из вишен и яблок - 532                               | 150 | Яйца вареные - 306                                 | 40  | "Гребешок" из дрожжевого теста - 592        | 150 | Полоска песочная с повидлом - 605      | 70  |



| День 6                                                         |     | День 7                                                      |     | День 8                                             |     | День 9                                      |     | День 10                               |     |
|----------------------------------------------------------------|-----|-------------------------------------------------------------|-----|----------------------------------------------------|-----|---------------------------------------------|-----|---------------------------------------|-----|
| ЗАВТРАК                                                        |     | ЗАВТРАК                                                     |     | ЗАВТРАК                                            |     | ЗАВТРАК                                     |     | ЗАВТРАК                               |     |
| Суп молочный с макаронными изделиями - 171                     | 200 | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая - 253             | 200 | Каша рисовая вязкая - 259                          | 200 | Каша пшеничная вязкая - 264                 | 200 | Каша пшеничная вязкая - 262           | 200 |
| Бутерброды с маслом - 100                                      | 33  | Чай с молоком - 507                                         | 200 | Чай с сахаром, вареньем - 503                      | 180 | Бутерброды с маслом - 100                   | 33  | Батон нарезной - 117                  | 30  |
| Какао с молоком - 509                                          | 180 | Бутерброды с джемом или повидлом - 102                      | 35  | Бутерброды с сыром - 97                            | 33  | Кофейный напиток с молоком - 514            | 200 | Какао с молоком - 509                 | 180 |
| ЗАВТРАК 2                                                      |     | ЗАВТРАК 2                                                   |     | ЗАВТРАК 2                                          |     | ЗАВТРАК 2                                   |     | ЗАВТРАК 2                             |     |
| Плоды свежие - 118 (10)                                        | 100 | Соки овощные, фруктовые и ягодные - 537 (4)                 | 180 | Плоды свежие - 118 (1)                             | 100 | Соки овощные, фруктовые и ягодные - 537 (1) | 180 | Плоды свежие - 118 (6)                | 100 |
| ОБЕД                                                           |     | ОБЕД                                                        |     | ОБЕД                                               |     | ОБЕД                                        |     | ОБЕД                                  |     |
| Суп-поре из картофеля - 165                                    | 200 | Суп картофельный с мясными фрикадельками - 154              | 200 | Щи из свежей капусты с картофелем - 147            | 200 | Суп-лапша домашняя - 162                    | 200 | Свекольник - 136                      | 200 |
| Каша гречневая рассыпчатая - 243                               | 130 | Кнели из кур с рисом - 416                                  | 80  | Азу - 370                                          | 180 | Картофельное пюре - 434                     | 130 | Плов из отварной курицы - 411         | 180 |
| Котлеты, биточки, пиницели припущенные - 417                   | 80  | Сложный гарнир (Картофельное пюре с капустой тушеной) - 440 | 130 | Хлеб ржаной - 115                                  | 10  | Курица в соусе с томатом - 410              | 80  | Компот из вишен и яблок - 532         | 180 |
| Компот из сухофруктов - 527                                    | 180 | Напиток клюквенный - 539                                    | 180 | Хлеб пшеничный - 114                               | 30  | Компот из сухофруктов - 527                 | 180 | Хлеб пшеничный - 114                  | 30  |
| Хлеб пшеничный - 114                                           | 30  | Хлеб пшеничный - 114                                        | 30  | Напиток морковно-яблочный - 541                    | 180 | Хлеб пшеничный - 114                        | 30  | Хлеб ржаной - 115                     | 10  |
| Хлеб ржаной - 115                                              | 10  | Хлеб ржаной - 115                                           | 10  |                                                    |     | Хлеб ржаной - 115                           | 10  |                                       |     |
| Соус красный основной - 465                                    | 50  |                                                             |     |                                                    |     |                                             |     |                                       |     |
| УЖИН                                                           |     | УЖИН                                                        |     | УЖИН                                               |     | УЖИН                                        |     | УЖИН                                  |     |
| Уха с крупой - 158                                             | 200 | Салат из моркови, яблок, апельсин - 23                      | 60  | Салат полевой - 65                                 | 60  | Рыба, тушенная в сметанном соусе - 348      | 80  | Соус белый основной - 457             | 50  |
| Ватрушки с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем - 560 | 80  | Запеканка из творога - 319 (1)                              | 130 | Макаронные изделия отварные - 297                  | 150 | Каша рисовая рассыпчатая - 246              | 130 | Картофельная запеканка с печеню - 382 | 150 |
| Хлеб пшеничный - 114                                           | 30  | Молоко стуженное - 490                                      | 30  | Кисель из концентрата плодового или ягодного - 516 | 180 | Хлеб пшеничный - 114                        | 30  | Чай с сахаром - 502                   | 180 |
| Напиток морковно-яблочный - 541                                | 180 | Хлеб пшеничный - 114                                        | 30  | Хлеб пшеничный - 114                               | 30  | Чай с лимоном - 505                         | 180 | Хлеб пшеничный - 114                  | 30  |
|                                                                |     | Компот из вишен и яблок - 532                               | 180 | Яйца варенные - 306                                | 40  | "Требешок" из дрожжевого теста - 592        | 80  | Полоска песочная с повидлом - 605     | 80  |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575809

Владелец Феденёва Анастасия Вячеславовна

Действителен с 29.04.2022 по 29.04.2023