Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Слаутнинская средняя школа»
688867 с. Слаутное, Пенжинский район, Камчатский край, ул. Давыдова 10, тел/факс: 8 (41546) 66-0-28
e-mail:shkola-slautnoe@mail.ru

Оксана Викторовна Горбатенкова

Подписан: Оксана Викторовна Горбатенкова
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Дата: 2021.11.16 14:58:32+12'00'

Утверждаю:
директор школы
_____ /О.В.Горбатенкова/

10-дневное меню
горячего питания
для дошкольного отделения

с. Слаутное

2021 г.

Примерное 10-дневное меню
для детей от 1,5 до 3-х лет и от 3-х до 7 лет

Название блюд	Объем порций (г)		Название блюд	Объем порций (г)	
ДЕНЬ 1	возраст		**ДЕНЬ 2**	возраст	
	1.5—3	**3—7**		**1.5—3**	**3—7**
Яблоко	130	130	Груша	115	115
Завтрак			**Завтрак**		
Каша манная молочная	150	200	Каша гречневая молочная	150	200
Чай с молоком	150	200	Какао на молоке	150	200
Хлеб пшеничный с маслом	/ 7	/10	Хлеб пшеничный с маслом	/ 7	/10
Обед			**Обед**		
Суп гороховый с гренками на м/б	200/10	250/15	Салат из моркови	35	60
Картофельноепюре, Отварное мясо	230/20	240/30	Щи	200/7	250/10
Огурец соленый	35	35	Тефтели в томатном соусе	65/50/140	85/50/150
Компот из сухофруктов	160	200	Каша пшеничная		
			Компот из кураги	150	200
Хлеб пшеничный			Хлеб пшеничный		
Полдник			**Полдник**		
Печенье	25	30	Напиток ж/б	150	200
Чай с сахаром и молоком	150	200	Рогалики		
Ужин			**Ужин**		
Каша гречневая	45	60	Пудинг творожно-манный со сгущ. молоком	120/20	160/20
Рыба под соусом	90	100	Чай с сахаром и молоком (ясли)	150	200
Чай с сахаром и молоком Хлеб пшеничный	150	200	Хлеб пшеничный		
Хлеб пшеничный	60	80	Хлеб пшеничный	60	80

Название блюд	Объем порций (г)		Название блюд	Объем порций (г)	
ДЕНЬ 3	возраст		**ДЕНЬ 4**	Возраст	
	1.5—3	**3—7**		**1.5—3**	**3—7**
Яблоко	100	100	Груша	95	95
Завтрак			**Завтрак**		
Каша пшеничная молочная	150	200	Хлеб пшеничный с маслом и джемом	/ 7/7,5	/10/12,5
Какао	150	200	Каша геркулесовая молочная	150	200
Хлеб пшеничный с маслом	/ 7	/10	Чай с сахаром и молоком	150	200
Обед			**Обед**		
Суп рыбный «Сайра»	200	250	Салат зимний		33
Гуляш из отв. мяса	60	90	Суп крестьянский	200/7	250/10
Вермишель	110	126	Картофельное пюре	170	180
			Гуляш из мяса индейки		
Огурец соленый	37	37	Компот из сухофруктов	150	200
Сок	150	200	Хлеб пшеничный		
Хлеб пшеничный					
Полдник			**Полдник**		
Вафли	25	30	Ватрушка с творогом	-	-
Чай с сахаром и молоком	150	200	Чай с сахаром и молоком	150	200
Ужин			**Ужин**		
Рыбное суфле	45	60	Горошница		
Салат витаминный	140	160	Чай с сахаром и молоком	150	200
Какао	150	200	Хлеб пшеничный		
Хлеб пшеничный					
Хлеб пшеничный	60	80	Хлеб пшеничный	60	80

Название блюд	Объем порций (г)		Название блюд	Объем порций (г)	
ДЕНЬ 5	***возраст***		**ДЕНЬ 6**	***Возраст***	
	1.5—3	**3—7**		**1.5—3**	**3—7**
Яблоко	90	90	Яблоко	115	115
Завтрак			**Завтрак**		
Каша молочная кукурузная	80/20	80	Каша пшенная молочная	150	200
Какао	150	200	Напиток ж/б	150	200
Хлеб пшеничный с маслом	/ 7	/10	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	/ 7/7,5	/10/12,5
Обед			**Обед**		
Салат из свежих овощей	45	60	Винегрет		
Суп вермишелевый на курином бульоне	200	205	Рассольник	200/ 7	250/10
Гуляш с мясом кур			Шницель мясной	70	80
Каша гречневая			Макароны отварные		
Сок	150	200	Компот из сухофруктов	150	200
Хлеб пшеничный			Хлеб пшеничный		
Полдник			**Полдник**		
Печенье	25	35	Напиток ж/б	150	200
Чай с лимоном	150	200	Булочка молочная		
Ужин			**Ужин**		
Пудинг манный со сгущ.мол.	45	60	Салат витаминный	45	60
Хлеб с маслом и сыром			Оладьи с повидлом	85/20	85/25
Чай с лимоном	150	200	Чай с медом	150	200
Хлеб пшеничный	60	80	Хлеб пшеничный	60	80

Название блюд	Объем порций (г)		Название блюд	Объем порций (г)	
ДЕНЬ 7	возраст		**ДЕНЬ 8**	Возраст	
	1.5—3	**3—7**		**1.5—3**	**3—7**
Груша	135	135	Яблоко	80	80
Завтрак			**Завтрак**		
Каша гречневая молочная	120/20	150/10	Вермишель молочная	150	200
Чай с лимоном	150	200	Напиток ж/б	150	200
Хлеб пшеничный с повидлом	/ 7	/10	Хлеб пшеничный с повидлом	/ 7	/10
Обед			**Обед**		
Суп вермишелевый с мясными фрикадельками	200	250	Суп с клецками	200/ 7	250/10
Мясо тушеное в томатном соусе	40/20	50/25	Бефстроганов	60/20	60/30
Рис отварной			Каша гречневая	110	150
Компот из чернослива	150	200	Помидор соленый	35	35
Хлеб пшеничный			Сок	150	200
			Хлеб пшеничный		
Полдник			**Полдник**		
Напиток ж/б	150	200	Пряник по-домашнему	25	30
Булочка сладкая	60	60	Какао	150	200
Ужин			**Ужин**		
Плов	150	200	Котлета рыбная	70	75
Огурец соленый			Картофельное пюре	170	180
			Огурец соленый	37	37
Хлеб пшеничный			Чай с сахаром и молоком	150	200
			Хлеб пшеничный		
Хлеб пшеничный	60	80	Хлеб пшеничный	60	80

Название блюд	Объем порций (г)		Название блюд	Объем порций (г)	
ДЕНЬ 9	возраст		**ДЕНЬ 10**	Возраст	
	1.5—3	**3—7**		**1.5—3**	**3—7**
Яблоко	120	120	Яблоко	95	95
Завтрак			***Завтрак***		
Каша молочная ячневая	80	80	Каша молочная вермишель	150/15	190/15
			Какао на молоке	150	200
Чай с лимоном	150	200			
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	/ 7/7,5	/10/12,5	Хлеб пшеничный с маслом	/ 7	/ 10
Обед			**Обед**		
Салат из сл.кукурузы	45	60	Помидор соленый	35	35
Суп харчо	200/15	250/15	Борщ с мясом	200/22/ 7	250/22/10
Гуляш из отварного мяса	85	85	Котлета рыбная	70	75
Рис отварной	80	110	Каша пшеничная	170	180
Компот из чернослива	150	200	Компот из сухофруктов	150	200
Хлеб пшеничный			Хлеб пшеничный		
Полдник			**Полдник**		
Чай с сахаром и молоком	150	200	Какао	150	200
Булочка с джемом	60	60	Хворост	65	65
Ужин			**Ужин**		
Макароны отварные	49/150	49/200	Каша молочная рисовая	150	200
Гуляш мясной					
Чай с сахаром и молоком	150	200	Чай с сахаром и молоком	150	200
Хлеб пшеничный			Хлеб пшеничный		
Хлеб пшеничный	60	80	Хлеб пшеничный	60	80