

Утверждаю

заведующий кафедрой «Кулинария»
 В.М.Иванова
 Иванова С.Б.



Перспективное сезонное (лето – осень) меню для дошкольного возраста

№	Завтрак	Завтрак II	Обед	Полдник	Ужин
1-ый день	Каша из 4-х злаков (кукуруза, пшеничка, ячмень, пшено) молочная с маслом сливочным Кофейный напиток на молоке с сахаром Батон с маслом сливочным, сыр	Фрукты (сок)	1. салат розовый (свекла, морковь, чеснок) на масле растительном 2. тунь на ма/б со сметаной (после термической обработки) 3. гуляш мясной с макаронами отварными, томатный соус 4. кисель 5. хлеб ржаной	1. ряженка сладкая -4%	1. омлет 2. чай сладкий 3. хлеб пшеничный
2-ый день	Каша манная молочная с маслом сливочным чай сладкий Батон с маслом сливочным	Фрукты	1. салат овощной (консервы, морковь, капуста) на масле растительном 2. суп борщ на ма/б со сметаной (после термической обработки) 3. ежовик мясной с картофельным пюре, томатный соус 4. компот из сухофруктов 5. хлеб пшеничный, ржаной	1. Молоко кипяченое -3,2% 2. вифли	1. пицца 2. кофейный напиток
3-ий день	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным Кофейный напиток на молоке с сахаром Батон с маслом сливочным	Фрукты	1. 1. салат овощной (свекла, морковь, помидоры) на масле растительном 2. суп гороховый на ма/б 3. Голубцы рубленые, духовые, порционные, томатный соус 4. компот из сухофруктов 5. хлеб ржаной	1. кисель 2. печенье	1. суп молочный вермишелевый 2. чай сладкий 3. хлеб пшеничный
4-ый день	Каша молочная из двух злаков (кукуруза, пшеница) с маслом сливочным Кофейный напиток на молоке с сахаром Батон с маслом сливочным	Фрукты	1. салат «винегретный» (капуста, морковь, чеснок) на масле растительном 2. харчо на ма/б со сметаной (после термической обработки) 3. тунь рыбный, духовой 4. компот из сухофруктов 5. хлеб ржаной	1. Молоко кипяченое -3,2% 2. печенье	1. суп с фрикадельками 2. чай сладкий 3. хлеб пшеничный

<p>Каша «здоровье» молочная с маслом сливочным Кофейный напиток на молоке с сахаром Батон с маслом сливочным</p>	<p>Фрукты</p>	<p>1. салат «загущка» (свекла, капуста, чеснок) на масле растительном 2. фасолевый суп на мясе со сметаной (на масле пержический обработкой) 3. мясной рулет луковой, томатный соус 4. котлеты из сухобруктов 5. хлеб ржаной, ржаной</p>	<p>1. кефир - 2,5% (биофильте)</p>	<p>1. вареники с картофелем (парожки с картофелем) 2. чай сладкий 3. хлеб пппппппп</p>
--	---------------	--	------------------------------------	--

Утверждаю



Заместитель директора
ФГБУ «ВНИИОС»
Иванкина С.Б.

Перспективное сезонное (зима-весна) меню на 5 дней

№	Завтрак	Завтрак II	Обед	Подшик	Ужин
1-ый день	Капша геркулесовая молочная с маслом сливочным Кофейный напиток на молоке с сахаром Батон с маслом сливочным	Фрукты (сок)	1. салат морковный на масле растительном 2. блинчики на м/б со сметаной 3. салат с мясом 4. кисель 5. хлеб ржаной	1. Молоко кипяченое - 3,2% 2. вафли	1. овсяное рагу 2. чай сладкий 3. хлеб пшеничный
2-ой день	Капша яичная молочная с маслом сливочным чай сладкий батон с маслом сливочным	Фрукты	1. салат овощной (морковь, капуста) на масле растительном 2. суп гороховый на м/б 3. котлета (биточки) мясные духовые с гарниром гречневым (томатный подлив) 4. компот из сухофруктов 5. хлеб пшеничный, ржаной	1. Молоко кипяченое - 3,2% 2. печенье	1. ватрушка духовая с творогом 2. кофейный напиток
3-ий день	Капша «Дружба» (рис, пшено, гречка) молочная с маслом сливочным Кофейный напиток на молоке с сахаром Батон с маслом сливочным сыр	Фрукты	1. парезка из овощей (св.огурца, помидора) 2. рассольник на м/б со сметаной (после термической обработки) 3. битус с мясом 4. компот из сухофруктов 5. хлеб ржаной	1. ряженка сладкая - 4%	1. суп молочный рисовый 2. чай сладкий 3. хлеб пшеничный
4-ый день	Капша кукурузная молочная с маслом сливочным Кофейный напиток на молоке с сахаром Батон с маслом сливочным	Фрукты	1. салат «Рубин» (свекла, чеснок, изюм) на масле растительном 2. каша овсяная на м/б 3. жаркое из домашнего 4. компот из сухофруктов 5. хлеб ржаной	1. Молоко кипяченое - 3,2% 2. печенье	1. уха из свежей рыбы 2. чай с лимоном 3. хлеб пшеничный
5-ый день	Капша пшеничная молочная с маслом сливочным Кофейный напиток на молоке с сахаром Батон с маслом сливочным	Фрукты	1. салат «Винегрет» на масле растительном 2. борщ на м/б со сметаной (после термической обработки) 3. ханкалы (маггы)	1. кофеир - 2,5% (бифильокс)	1. Картофельное пюре 2. оу урвы конья 3. чай сладкий 4. хлеб пшеничный

