

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий БДОУ г. Омска "Детский сад № 124"  
И.В.Гординская

Перспективное меню БДОУ г. Омска "Детский сад № 124"

(1 неделя)

	Понедельник	Объем блюда		Вторник	Объем блюда		Среда	Объем блюда		Четверг	Объем блюда		Пятница	Объем блюда	
		ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад
Завтрак	Каша молочная манная	150	200	Каша молочная пшениая	150	200	Каша молочная кукурузная	150	200	Каша молочная геркулесовая	150	200	Каша молочная пшеничная	80	100
	Хлеб пшеничный	25	30	Хлеб пшеничный	25	30	Хлеб пшеничный	25	30	Хлеб пшеничный	25	30	Хлеб пшеничный	25	30
	Масло сливочное порционное	5	6	Масло сливочное порционное	5	6	Масло сливочное порционное	5	6	Масло сливочное порционное	5	6	Масло сливочное порционное	5	6
	Сыр тв. сортов порционный	8	10	Чай с сахаром, с лимоном	180	200	Сыр тв. сортов порционный	8	10	Кофейный напиток с молоком	180	200	Сыр тв. сортов порционный	8	10
	Кофейный напиток с молоком	180	200	конфета	20	23	Какао с сахаром с молоком	180	200				Какао с сахаром с молоком	180	200
	<b>Всего объем:</b>	<b>368</b>	<b>446</b>		<b>380</b>	<b>459</b>		<b>368</b>	<b>446</b>		<b>360</b>	<b>436</b>		<b>298</b>	<b>346</b>
Юч	Сок	150	170	Кисломолочный продукт	150	170	Фрукты	130	150	Кисломолочный продукт	150	170	Сок	150	170
Обед	Икра из моркови	40	60	Салат из консерв.огурцов с р/м	40	60	Салат картофельный с консерв.огурцом с р/м	40	60	Сельдь с/с с луком с р/м	30	45	Салат из капусты с р/м	40	60
	Суп картоф.с крупой со сметаной	180	200	Свекольник со сметаной	180	200				Суп овощной со сметаной	180	200	Борщ со сметаной	180	200
	Шницель из говядины	60	80	Плов с мясом	180	220	Суп с макаронными изделиями	180	200	Домашнее жаркое	210	250	Котлета рыбная,	60	80
	соус томатный	30	40	Сок	180	200	Голубцы ленивые,	160	200	Компот из с/фруктов с вит."С"	180	200	соус молочный	30	40
	капуста тушеная	130	150	Хлеб урожайный	40	50	соус сметанный	40	50	Хлеб урожайный	40	50	перловка отв. с маслом	120	150
	Кисель из свежих ягод с вит."С"	180	200				Компот из св.яблок со смородиной	180	200				Компот из кураги с вит."С"	180	200
	Хлеб урожайный	40	50				Хлеб урожайный	40	50				Хлеб урожайный	40	50
	<b>Всего объем:</b>	<b>660</b>	<b>780</b>		<b>620</b>	<b>730</b>		<b>640</b>	<b>760</b>		<b>640</b>	<b>745</b>		<b>650</b>	<b>780</b>
Полдник	Запеканка картофельная с курицей, соус молочный	180	200	Рыба запеченная под омлетом	180	200	Пудинг творожный с изюмом	130	160	Лапшевник с творогом	130	150	Тефтели куриные	60	80
	Хлеб в ассортименте	30	40	Венская слоба	50	70	со сгущ.молоком	18	20	со сгущ.молоком	20	25	соус томатный	130	150
	Чай с сахаром, с облепихой	180	200	Хлеб в ассортименте	30	40	Повидло яблочное	20	25	Плюшка	50	70	Хлеб в ассортименте	30	40
	Печенье	25	30				Чай с сахаром, с лимоном	180	200	Чай с сахаром, витаминный	180	200	Джем	20	25
	Фрукты	95	100									Чай с сахаром, с лимоном	180	200	
	<b>Всего объем:</b>	<b>540</b>	<b>610</b>		<b>440</b>	<b>510</b>		<b>378</b>	<b>445</b>		<b>410</b>	<b>485</b>		<b>370</b>	<b>445</b>
	<b>Итого:</b>	<b>1718</b>	<b>2006</b>		<b>1590</b>	<b>1869</b>		<b>1516</b>	<b>1801</b>		<b>1560</b>	<b>1836</b>		<b>1468</b>	<b>1741</b>

Норма суммарного объема блюд пищи ( граммах - не менее): ясли - 1500,

сад - 1800.

Средняя за 5 дней: ясли- 1570,4  
сад- 1851

	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница						
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад					
Завтрак	Каша молочная ячневая	150	200	Каша молочная пшеница	150	200	Каша молочная манная	150	200	Каша молочная геркулесовая	150	200	Каша молочная рисовая	150	200
	Хлеб пшеничный	25	30	Хлеб пшеничный	25	30	Хлеб пшеничный	25	30	Хлеб пшеничный	25	30	Хлеб пшеничный	25	30
	Масло сливочное порционное	5	6	Масло сливочное порционное	5	6	Масло сливочное порционное	5	6	Масло сливочное порционное	5	6	Масло сливочное порционное	5	6
	Сыр тв. сортов порционный	10	12	Какао с сахаром с молоком	180	200	Сыр тв. сортов порционный	10	12	Какао с сахаром с молоком	180	200	Сыр тв. сортов порционный	10	12
	Чай с сахаром,	180	200				Кофейный напиток с молоком	180	200				Кофейный напиток с молоком	180	200
	<b>Всего объем:</b>	<b>370</b>	<b>448</b>												
10ч	Сок	150	170	Кисломолочный продукт	150	170	Фрукты	130	150	Кисломолочный продукт	150	170	Сок	150	170
Обед	Салат из свеклы с изюмом с р/м	40	60	Салат из капусты с яблоками с р/м	40	60	Икра морковная	40	60	Салат из свеклы с конс.огурцом с р/м	40	60	Салат из моркови с яблоками с р/м	40	60
	Щи со св.капустой со сметаной	180	200	Рассольник со сметаной	180	200	Борщ с картофелем со сметаной	180	200	Суп картофельный с с рыбными конервами	180	200	Суп крестьянский с крупой, со сметаной	180	200
	Гуляш (азу) из говядины	90	120	Котлеты мясные	60	80	Тефтели рыбные,	60	80	Капуста тушеная с мясом	220	260	Котлеты куриные	60	80
	горошница с маслом	120	150	соус томатно-сметанный	30	40	соус молочный	30	40	рис рассыпчатый с маслом	120	150	соус молочный	30	40
	Кисель из св/м ягод	180	200	картофельное пюре	120	150	Компот из св.фруктов(ягод)	180	200	Компот из с/фруктов с вит."С"	180	200	картофельное пюре	130	150
	Хлеб урожайный	40	50	Сок	180	200	Хлеб урожайный	40	50	Хлеб урожайный	40	50	Компот из кураги	180	200
				Хлеб урожайный	40	50							Хлеб урожайный	40	50
	<b>Всего объем:</b>	<b>650</b>	<b>780</b>												
Полдник	Биточки куриные,соус том.	120	150	Суфле рыбное	130	150	Шницель из говядины, соус томат	120	150	Запеканка творожная с яблоками со гущ.молоком	130	160	Печень по-строгановски	60	70
	макаронные изделия отв.с маслом	30	40	салат из кукурузы конс. с р/м	40	60	Салат картофельный с конс. горошком с р/м	40	60	Венская сдоба	50	60	гречка отв. с маслом	120	140
	соус молочный	30	40	Домашняя сдоба	50	60	Хлеб пшеничный	30	40	Хлеб пшеничный	30	40	Чай с сахарм, с облепихой	180	200
	Хлеб пшеничный	30	40	Хлеб пшеничный	30	40	Хлеб пшеничный	30	40	Чай с сахаром, витаминный	180	200	Хлеб пшеничный	30	40
	Вафли	20	22	Чай с сахаром, со смородиной	180	200	Повидло яблочное	20	25	Чай с сахаром, с лимоном	180	200	Джем	20	25
	Чай с сахаром, с облепихой	180	200										Фрукты	100	100
<b>Всего объем:</b>	<b>210</b>	<b>270</b>													
<b>Сумарный объем блюд</b>	<b>1380</b>	<b>1668</b>													

Норма суммарного объема блюд пищи ( граммах - не менее):

ясли - 1500,  
сад - 1800

Средняя за 5 дней: ясли- 1512  
сад- 1850  
Средняя за 10 дней: ясли- 1541,2  
сад- 1850

Старшая медсестра

Круцко Н.К.