

Агафонова В.К.

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель

подпись: расшифровка подписи

МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад №13»

Основное (организованное) меню на Лето сезон (Сад)

1 неделя

	Первый	Второй	Третий	Четвертый	Пятый
завтрак	Салат из свежих огурцов Омлет натуральный Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	Каша вязкая пшенная Какао с молоком Сыр (порциями) Хлеб пшеничный	Суп молочный с манной крупой Бутерброд с повидлом Чай с молоком	Суп молочный с овсяными хлопьями «Геркулес» Яйца вареные Сыр (порциями) Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	Салат из моркови Запеканка из творога Соус сметанный Какао с молоком Хлеб пшеничный
выход	380	430	435	467	420
ккал	490	357	385	497	402
завтрак 2	Ряженка	Напиток из груши дички	Сок фруктовый	Кефир	Ряженка
выход	160	166	200	200	160
ккал	90	50	92	103	90,0
обед	Салат из свеклы с сыром Суп картофельный с бобовыми Жаркое по-домашнему Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из свежих помидоров с луком Борщ зеленый Бефстроганов из отварного мяса Каша рассыпчатая гречневая с овощами Напиток лимонный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из белокочанной капусты Суп картофельный с мясными фрикадельками Запеканка из печени с рисом Соус сметанный с томатом Кисель из кураги Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из свежих огурцов Суп картофельный с крупой Суфле куриное Пюре картофельное Компот из изюма Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из свежих помидоров и огурцов Суп картофельный Котлеты рубленые Соус сметанный с луком Макаронные изделия отварные с маслом Кисель из яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной
выход	690	750	730	775	825
ккал	731	771	807	786	578
Употреблять по желанию	Суп молочный с рисовой крупой Булочка «Веснушка» Сок фруктовый Яблоко Хлеб пшеничный	Салат из горошка консервированного Пудинг рыбный запеченный Картофель отварной Кефир Печенье Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из моркови с яблоками Пудинг из творога (запеченный) Соус молочный (сладкий) Кефир Яблоко Хлеб пшеничный	Салат из свеклы с сыром Рыба, запеченная с картофелем Чай с сахаром Яблоко Печенье Хлеб пшеничный	Рагу овощное Крендель сахарный Сок фруктовый Яблоко Хлеб пшеничный
выход	600	600	600	600	600
ккал	658	748	666	736	687
Итого за день ккал	1969	1926	1950	2122	1757