

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель

Агафонова В.К.

подпись расшифровка подписи

МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад №13»

Основное (организованное) меню на Зима сезон (Сад)

1 неделя

	Первый	Второй	Третий	Четвертый	Пятый
завтрак	Суп молочный с рисовой крупой Бутерброд с павлодом Кофейный напиток с молоком	Суп молочный с макаронными изделиями Бутерброд с сыром Яйца вареные Какао с молоком	Суп молочный с манной крупой Масло (порциями) Чай с молоком Хлеб пшеничный	Суп молочный с овсяными хлопьями «Геркулес» Сыр (порциями) Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	Салат из моркови с курагой Запеканка из творога Соус сметанный бутерброд с маслом Какао с молоком
выход	455	450	425	440	465
ккал	328	416	321	364	492
завтрак 2	Кефир	Напиток из груши дички	Кефир	Кефир	Биокефир
выход	200	166	200	200	145
ккал	103	50	103	103	90
обед	Борщ вегетарианский мяскошинковичный Теплеи мясные Соус томатный с овощами Пюре картофельное Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из свеклы с зеленым горошком Щи из квашеной капусты с картофелем Бефстроганов из отварного мяса Каша рассыпчатая гречневая с овощами Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из соевых огурцов с луком Суп картофельный с мясными фрикадельками Запеканка из печени с рисом Соус томатный Кисель из кураги Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из квашенной капусты Рассольник ленинградский Суфле куриное Макаронные изделия отварные Компот из изюма Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из картофеля с зеленым горошком Суп картофельный с макаронными изделиями Гуляш из отварного мяса Кануста тушеная Кисель из кураги Хлеб пшеничный Хлеб ржаной
выход	770	780	750	765	780
ккал	702	674	833	760	718
Уполноенный полдник	Омлет натуральный Рагу из овощей Сок фруктовый Яблоки Хлеб пшеничный	Рыба, тушенная с овощами Картофель отварной Биокефир Печенье Яблоки Хлеб пшеничный	Салат из моркови с яблоками Гуляш из творога Соус сметанный Сок фруктовый Апельсины Хлеб пшеничный	Икра свекольная Рыба, запеченная в омлете Чай с сахаром Печенье Хлеб пшеничный	Каша вязкая пшеничная Ватрушки (из дрожжевого теста) с павлодом Сок фруктовый Апельсины Хлеб пшеничный
выход	600	600	600	600	600
ккал	632	720	496	610	511
Итого за день ккал	1765	1847	1753	1837	1811