«Утверждаю» Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №77 О.М. Тихонов

примерное десятидневное меню

1 НЕДЕЛЯ 2 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	2-й ДЕНЬ				3-й ДЕНЬ				4-й ДЕНЬ				5-й ДЕНЬ						
понедельник	выход, г		технол.	вторник	выход		технол.	среда	Bbl	код	технолог		ВЫ	ход	технолог	пятница	ВЫ	ход	технол
завтрак о о	ясли 7023	сад	, карта	ЗАВТРАК	ясли	сад	карта	ЗАВТРАК	ясли	сад	ич. карта	ЗАВТРАК	ясли	сад	ич. карта		ясли	сад	ич. ка
Каша пшенная молочная жидкая	150+ 5	185+5	101	Каша пшеничная молочная жидкая	160	180	101	Каша геркулесовая молочная жидкая	150+5	200+5		Каша ячневая молочная	150	200	101	Каша рисовая молочная жидкая	150	200	101
Бутерброд с маслом	30+5	30+6	18	Кофейный напиток с молоком	160	180	395в	Бутерброд с маслом, с сыром	30+5+ 10	40+6+ 15	3в	Кофейный напиток с молоком	160	180	395в	Какао с молоком	180	200	397в
Какао с молоком	160	180	397в	Бутерброд с маслом	30+5	40+6	18	Какао с молоком	150	180	397в	Бутерброд с маслом	30+5	40+6	1в	Бутерброд с маслом	30+5	40+6	1в
	350	406			355	406			350	446			345	426		итого завтрак	365	446	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				ВТОРОЙ ЗАВТРАК				ВТОРОЙ ЗАВТРАК				ВТОРОЙ ЗАВТРАК		******		ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
Фрукты свежие	95	105		Фрукты свежие	100	100		Сок фруктовый	100	100		Фрукты свежие	100	100		Фрукты свежие	100	100	
ОБЕД				ОБЕД				ОБЕД		100		ОБЕД	100	100		ОБЕД	100	100	
Салат из квашеной капусты и кукурузы	30	40	20	Огурец свежий порционный	20	20	329	Салат из свеклы	30	50	33M	Помидор долька	25	25	13m	Салат из кваш. капусты и кукурузы	40	60	20
Щи из капусты с картофелем	160	180	82в	суп картофельный с макаронными изделиями	150	180	67в	Щи из квашеной капусты с картофелем	170	200	82в	Суп картофельный Харчо/суп фасолевый	150	200	86/81M	Суп с рыбными консервами/суп рыбный	160	230	95/90
Макаронник с мясом	120	170	292в	Плов из птицы	140	170	304в	Котлеты мясные рубленные	60	80	282в	Рыба с овощами	90	110	247m	Жаркое по- домашнему	160	210	276в
Компот из сухофруктов	130	200	376в	Компот из сухофруктов	150	200	376в	Гороховое пюре	100	150	356в	Картофельное пюре	110	150	321в	Компот из сухофруктов	160	200	376в
Хлеб ржаной	20	20		Хлеб ржаной	20	30		Компот из сухофруктов	150	200	376в	Компот из сухофруктов	150	200	376в	Хлеб ржаной	30	50	
								Хлеб ржаной	20	40		Хлеб ржаной	25	35					
	460	610	***************************************		400	600			F20	720				720					
TO D TUIAN	460	010		поляшии	480	600		DO BRILLIAN	530	720			550	720		итого обед	550	750	
ПОЛДНИК Кисломолочный напиток	170	200		полдник Кисель из заморож. Ягод / сока/повидла	180	180		Батон нарезной	30	50		ПОЛДНИК Сок фруктовый	180	200		ПОЛДНИК Кисломолочный напиток	180	200	
(ряженка/ацидолакт/йогу рт)				Вафли	20	30		Чай с молоком	180	200	391m	Печенье	20	50		(ряженка/ацидолакт/ йогурт)			
Батон нарезной	30	50														Булочка	60	80	469в
	200	250			200	210			210	250			200	250		итого полдник	240	280	1030
ужин				ужин				ужин				ужин				ужин	2.0	200	
Сырники с морковью	200	220	233в	Рагу овощное	160	180	137в	Оладьи	120	180	286	Салат из белокачанной капусты	40	60	20M	Макаронные изделия отварные с сыром	200+10	235+15	206в
Товидло	20	30		Яйцо отварное	40	40		Повидло	25	30		Тефтели мясные с рисом/тефтели куриные	70	- 80	304	Чай с лимоном и сахаром/сай с сахаром	200	200	393в/ 391м
Най с сахаром	180	200	391m	Батон нарезной	20	30		Чай с сахаром	180	200	391m	Соус сметанный с луком	60	80	356в				
				Чай с сахаром	180	200	393в					Батон нарезной	30	30					
												Чай с сахаром	200	200	391m				
	400	450			400	450			325	410			400	450		итого ужин	410	450	

«Утверждаю» Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №77 О.М. Тихонова

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

2 НЕДЕЛЯ		7 & BELL				8-й ДЕНЬ		9-й ДЕНЬ				10-й ДЕНЬ			1				
-й ДЕНЬ	MANUAL ENGINEER	y 13	Total State of the	7-й ДЕНЬ	выход технолог				ВЫХ	ОЛ	технолог		ВЫ	код	технолог	г пятница выход т			технол
онедельник	ВЫ	код / 🧟	технолог	вторник			технолог	среда	ясли	сад	ич. карта		ясли	сад	ич. карта		ясли	сад	ич. кар
- 12 2 2 6	ясли	сад	ич. карта		ясли	сад	ич. карта	2 A DTD A I/	ACAM	Сад	Pi i napia	ЗАВТРАК		4		ЗАВТРАК			
BABTPAK	7023995	400	\$	3ABTPAK		T		3ABTPAK				SADITAL .							
The state of the s	101 2	The state of the	/									Каша ячневая				Запеканка из творога со	150+	180+	227
Каша молочная пшёная чи	A AFT	200	101	Каша манная молочная	150+5	200+5	101	Каша геркулесовая	155	205	101		155	205	101	сгущёным молоком	20	30	237в
жидкая	155 × 155	200	101	жидкая	150.5	200.5		молочная жидкая				молочная				стущеным может			
	1			Mada a sur us un pur con c				Бутерброд с маслом и	30+5+	40+6+		Кофейный напиток	160	200	395в	Бутерброд с маслом	30+5	40+6	18
Бутерброд с маслом	30+5	40+6	1в	Кофейный напиток с	160	200	395в	сыром	10	15	3в	с молоком	160	200	3336	Вутерород с маслом	30.3	40.0	
вутерород с таки				молоком				Сыром											
					20.5	1016	10	Какао с молоком	160	200	397в	Бутерброд с	30+5	40+6	18	Какао с молоком	160	180	397в
Какао с молоком	160	180	397в	Бутерброд с маслом	30+5	40+6	18	Nakao C Mohokowi		200		маслом					205	126	
	350	426			350	451			360	466			350	451			365	436	200
итого завтрак	330	720		ВТОРОЙ ЗАВТРАК				ВТОРОЙ ЗАВТРАК				ВТОРОЙ ЗАВТРАК		-		ВТОРОЙ ЗАВТРАК	100	400	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	100	100	The second second	Фрукты свежие	100	100		Сок фруктовый	100	100		Фрукты свежие	100	100		Фрукты свежие	100	100	
Сок	100	100		ОБЕД				ОБЕД				ОБЕД				ОБЕД			
ОБЕД	-		-	ОВЕД		-						C				Салат из кваш. капусты и			
Салат из белокачанной								Огурец свежий				Салат из свеклы с	40	60	22		40	60	20/20/
капусты/ огурец	30	60	20m / 329	Салат из свежих	35	40	15M	порционный	20	25	29M	растительным	40	60	33M	кукурузы/салат из	40	00	20/20
7401				помидоров и отурцов				ПОРЦИОННЫМ	1			маслом				белокочанной капусты			1
порционный																			
								C				Суп картофельный				Суп с рыбными	160	200	OF
Щи из свежей капусты с	150	200	82в	Борщ с капустой и	160	200	/5M/6/8	Суп кртофельный с	170	200	85в		150	200	76в	консервами	160	200	95
картофелем	150	200	025	картофелем				макаронными изделиями				(харчо)			-				
											-					Мясо тушёное с			200
	00	115	294	Птица отварная	60	80	300m	Голубцы ленивые	135	190	298в	Котлеты рыбные	60	90	255M	овощами в соусе	170	200	290
Гуляш из отварногог мяса	90	115	294	Птица Отбарнах	00									i i		CDOLL, all III CO / CC			
				Vanzahari ziwawii B						200	276	Картофельное	120	150	321B	Компот из сухофруктов	150	200	376в
Каша гречневая	100	120	166в	Картофель тушеный в	100	150	125в	Компот из сухофруктов	150	200	376в	пюре	120	130	3210	ποικιίοτ νις εγχοφργιτίου	130		
рассыпчатая с овощами				coyce													-		1
					150	200	376в	Хлеб ржаной	30	40		Компот из	150	200	376в	Хлеб ржаной	30	40	
Компот из сухофруктов	150	200	3768	Компот из сухофруктов	150	200	3708	Anco pinarion				сухофруктов		20					
Хлеб ржаной	30	30		Хлеб ржаной	40	50						Хлеб ржаной	30	30					
ллео ржанои	- 50													4			550	700	
	550	725			545	720			580	760			550	730			550	700	
DOUBLIAN	330	1		полдник				полдник				полдник				полдник			
полдник									20	40		Сок фруктовый	180	200		Молоко кипяченое	180	200	400a
Батон нарезной	20	50		Сок фруктовый	180	200		Батон нарезной	30	40		сок фруктовый	100						
				1				1.	,										
	100	200	2025	nous un o	20	50		Кисель из заморож. ягод /	-180	210	383в/40	1 Печенье	20	50		Булочка	60	80	469E
Ацидолакт	180	200	383в	печенье	20	30		сока, повидла											
					200	250			210	250			200	250			240	280	
	200	250	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	1	200	230		ужин				ужин				ужин		A	
ужин				ужин		-	-												
				Салат из отварной								Салат из		-	20	GKa amanuaa	40	40	
Варенники ленивые	150/5	170/5	230в	моркови / салат из	40	50	41m/40m	Яблоко	100	100		белокачанной	40	60	20m	Яйцо отварное	40	40	
Варсиники летивые				моркови								капусты							
									_							C			
					120	100	2160	Ogganu	120	180	286	Запеканка из	110	140	294в	Суп молочный	150	200	10:
Яблоко	100	100	40M	Омлет натуральный	130	180	216в	Оладьи	120	100		печени с рисом				пшеничный			
		-										Соус сметанный с	-				20	40	
11-×	150	200	391m	Батон нарезной	30	40		Молоко сгущенное	25	30			10	20	356в	Батон нарезной	30	40	
Чай с сахаром	150	200	JJIM	Daton hapeshon					-			луком Чай с лимоном и							
							100000000000000000000000000000000000000		400	200	201	AND THE PERSON NAMED OF THE PERSON OF T	200	200	393в/	Чай с сахаром	180	200	391
				Чай с сахаром	200	200	391m	Чай с сахаром	180	200	391m	сахаром/ чай с	200	200	391m				
												сахаром	20	40				1	
												Батон нарезной	30	40			400	480	
	405	475			400	470			425	510			390	460			400	400	

«Утверждаю» Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №77 О.М. Тихонова

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

11-Й ДЕНЬ	120	29	may I	12-й ДЕНЬ				13-й ДЕНЬ				14-й ДЕНЬ			15-й ДЕНЬ				
понедельник	⊗ВЫ	ход, т	технол	12101			технол.	среда	технолог	четверг	ВЫ	ход	технолог	пятница	выход		технол		
	ясли	сад	. карта	W 2 2 2 2 1 2 1 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	ясли	сад	карта		ясли	сад	ич. карта		ясли	сад	ич. карта		ясли	сад	ич. кар
ЗАВТРАК	1000	100		3ABTPAK /		L		ЗАВТРАК				ЗАВТРАК		1		ЗАВТРАК	7107171	Сад	- Mar
Каша пшенная молочная жидкая	150+	185+5	702390 W101	Каша пшеничная молочная жидкая	160	180	101	Каша геркулесовая молочная жидкая	150+5	200+5	101	Каша ячневая молочная	150	50 200 1		Каша рисовая молочная жидкая	150	200	101
Бутерброд с маслом	30+5	30+6	1в	Кофейный напиток с молоком	160	180	395в	Бутерброд с маслом, с сыром	30+5+ 10 40+6+ 3		3в	Кофейный напиток с молоком	160	180	395в	Какао с молоком	180	200	397в
Какао с молоком	160	180	397в	Бутерброд с маслом	30+5	40+6	1в	Какао с молоком	150	180	397в	Бутерброд с маслом	30+5	40+6	1в	Бутерброд с маслом	30+5	40+6	1в
	350	406			355	406			350	446			345	426		итого завтрак	365	446	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				ВТОРОЙ ЗАВТРАК				ВТОРОЙ ЗАВТРАК				ВТОРОЙ ЗАВТРАК				ВТОРОЙ ЗАВТРАК			1
Фрукты свежие	95	105		Фрукты свежие	100	100		Сок фруктовый	100	100		Фрукты свежие	100	100		Фрукты свежие	100	100	
ОБЕД	-			ОБЕД				ОБЕД				ОБЕД				ОБЕД			
Салат из квашеной капусты и кукурузы	30	40	20/1	Огурец свежий порционный	20	20	39п	Салат из свеклы	30	50	33м	Помидор долька	25	25		Салат из кваш. капусты и кукурузы	40	60	20/1
Щи из капусты с картофелем	160	180	82в	суп картофельный с макаронными изделиями	150	180	67в	Щи из квашеной капусты с картофелем	170	200	82в	Суп картофельный Харчо	150	200	57в	Суп с рыбными консервами	160	230	95
Макаронник с мясом	120	170	292в	Плов из птицы	140	170	304в	Котлеты мясные рубленные	60	80	282в	Рыба с овощами	90	110	300M	Жаркое по- домашнему	160	210	276в
Компот из сухофруктов	130	200	376в	Компот из сухофруктов	150	200	376в	Гороховое пюре	100	150	356в	Картофельное пюре	110	150	334	Компот из сухофруктов	160	200	376в
Хлеб ржаной	20	20		Хлеб ржаной	20	30		Компот из сухофруктов	150	200	376в	Компот из сухофруктов	150	200	376в	Хлеб ржаной	30	50	
								Хлеб ржаной	20	40	******	Хлеб ржаной	25	35					
707711111	460	610			480	600			530	720			550	720	- Laborate Contract C	итого обед	550	750	
ПОЛДНИК Кисломолочный напиток	170	200		ПОЛДНИК Кисель из заморож. Ягод / сока/повидла	180	180		Батон нарезной	30	50		Сок фруктовый	180	200		ПОЛДНИК Кисломолочный напиток	180	200	
ряженка/ацидолакт/ йогурт)				Вафли	20	30		Чай с молоком	180	200	391m	Печенье	20	50		(ряженка/ацидолакт/ йогурт)			
Батон нарезной	30	50														Булочка	60	80	469в
	200	250			200	210			210	250			200	250	100000000000000000000000000000000000000	итого полдник	240	280	1000
/жин				ужин				ужин				ужин			-	ужин			
Сырники с морковью	200	220	233в	Рагу овощное	160	180	137в	Оладьи	120	180	286	Салат из белокачанной капусты	40	60	ZUM	Макаронные изделия отварные с сыром	200+10	235+15	206в
І овидло	20	30	1100	Яйцо отварное	40	40		Повидло	25	30		Тефтели мясные с рисом	70	80	304	Чай с лимоном и сахаром	200	200	393в
ай с сахаром	180	200	391м	Батон нарезной	20	30		Чай с сахаром	180	200	391M	Соус сметанный с луком	60	80	356в				
				Чай с сахаром	180	200	393в					Батон нарезной	30	30					
												Чай с сахаром	200	200	391м				The second secon
	400	450			400	450			325	410			400	450		итого ужин	410	450	

«Утверждаю» Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №77 О.М. Тихонова

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

4 НЕДЕЛЯ	NO F	/ BEATIS	OV LIPP	1: 2:1				примерное д	ECH IN	ДНЕВН	OE MEH	Ю							
16-й ДЕНЬ	िल में प्रिट		No.77	17-й ДЕНЬ	18-й ДЕНЬ														
понедельник	1 4 9 2 1		техноло	ог вторник	DL	IVOII	1					19-й ДЕНЬ				20-й ДЕНЬ			
	100	ясли сад ич. карта		2 2 1		выход технолог			ВЬ	ІХОД	технолог	г четверг	выход		техноло	г пятница	выход		TOVILLE
ЗАВТРАК	15	4000 C	23 900 169 45	ЗАВТРАК	ясли	сад	ич. карта		ясли	сад	ич. карта		ясли	сад	ич. карта		ясли	1	техно
2"	1	STAN AND	BNAS	SADIFAR	+	1		ЗАВТРАК				ЗАВТРАК				ЗАВТРАК	ЯСЛИ	сад	ич. ка
Каша молочная пшёная жидкая	155	200	101	Каша манная молочная жидкая	150+5	200+5	101	Каша геркулесова: молочная жидкая	155	205	101	Каша ячневая молочная	155	205	101	Запеканка из творога со сгущёным молоком	150+ 20	180+	237
Бутерброд с маслом	30+5	40+6	1в	Кофейный напиток с молоком	160	200	395в	Бутерброд с маслом и сыром	30+5+	40+6+ 15	3в	Кофейный напитон с молоком	160	200	395в	Бутерброд с маслом	30+5	40+6	1в
Какао с молоком	160	180	397в	Бутерброд с маслом	30+5	40+6	1в	Какао с молоком	160	200	397в	Бутерброд с	30+5	40+6	1в	Какао с молоком	160	180	2075
итого завтрак	350	426			350	451			360	466		маслом				The second monor of the second	100	100	397в
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				ВТОРОЙ ЗАВТРАК				ВТОРОЙ ЗАВТРАК		400			350	451			365	436	
Сок	100	100		Фрукты свежие	100	100				100		ВТОРОЙ ЗАВТРАК		-		ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
ОБЕД				ОБЕД	100	100		Сок фруктовый	100	100		Фрукты свежие	100	100		Фрукты свежие	100	100	
				Toold .				ОБЕД	-			ОБЕД				ОБЕД	100	100	-
Салат из белокачанной капусты	30	60	6	Салат из свежих помидоров и огурцов	35	40	14m	Огурец свежий порционный	20	25	29м	Салат из свеклы с растительным маслом	40	60	33M	Салат из кваш. капусты и кукурузы	40	60	20/1
Щи из свежей капусты с картофелем	150	200	82в	Борщ с капустой и картофелем	160	200	75м/67в	Суп кртофельный с макаронными изделиями	170	200	85в	Суп картофельный (харчо)	150	200	76в	Суп с рыбными консервами	160	200	95
Гуляш из отварногог мяса	90	115	294	Птица отварная	60	80	300м	Голубцы ленивые	135	190	298в	Котлеты рыбные	60	90	Z33W	Мясо тушёное с овощами	170	200	290
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	100	120	166в	Картофель тушеный в соусе	100	150	125в	Компот из сухофруктов	150	200	3/6B	Картофельное пюре	120	150		Компот из сухофруктов	150	200	376в
Компот из сухофруктов	150	200	376в	Компот из сухофруктов	150	200	376в	Хлеб ржаной	30	40		Компот из	150	200	376в	Хлеб ржаной	30	40	
Клеб ржаной	30	30		Хлеб ржаной	40	50						сухофруктов				rateo prilation	30	40	
												Хлеб ржаной	30	30					
	550	725			545	720													
олдник				полдник	<i></i>	720			580	760			550	730			550	700	
				· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·				полдник				полдник				полдник		700	
Батон нарезной	20	50		Сок фруктовый	180	200		Батон нарезной	30	40		Сок фруктовый	180	200	1	Молоко кипяченое	180	200	400в
цидолакт	180	200	383в	печенье	20	50	- 1	Кисель из заморож. ягод / сока	180	210	383в	Печенье	20	50		Булочка	60	80	469в
	200	250			200			NOT CONTROL TO THE CO							1				
жин		-50		.,,,,,,,	200	250			210	250			200	250			200		
000000	-			УЖИН				УЖИН			1	/жин			- 1	/жин	240	280	
аренники енивые	150/5	170/5	230в	Салат из моркови	40	50	40м	Яблоко	100	100	6	Салат из белокачанной капусты	40	60		Ійцо отварное	40	40	
блоко	100	100	40м	Омлет натуральный	130	180	216в	Оладьи	120	180	286	Вапеканка из нечени с рисом	110	140	294B	уп молочный	150	200	101
ай с сахаром	150	200	391м	Батон нарезной	30	40		Молоко сгущенное	25	30	C	оус сметанный с	10	20		атон нарезной	30	40	201
				Чай с сахаром	200	200	391m	Іай с сахаром	180	200	391m 4	ай с лимоном и ахаром	200	200	393в Ч	ай с сахаром	180	200	391m
	405	475										атон нарезной	40	30					
	405	475			400	470			425	510			400	450			400		