

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида №7 «Ивушка» г. Минеральные Воды  
(МБДОУ детский сад № 7 «Ивушка»)

**ПРИКАЗ**

30 июня 2022 г.

№ 114

г. Минеральные Воды

**Об утверждении 10-дневного меню на 3 квартал 2022 года  
(летне - осенний период)**

С целью обеспечения полноценного сбалансированного питания детей, посещающих МБДОУ детский сад № 7 «Ивушка», строгого выполнения и соблюдения технологии приготовления блюд в соответствии с меню, выполнения норм калорийности, а так же осуществления контроля по данному вопросу

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Утвердить примерное перспективное 10-дневное цикличное меню для детских дошкольных учреждений Минераловодского городского округа с дневным пребыванием детей 10,5 часов с 01.07.2022 г. по 30.09.2022 г. (на летне - осенний период 2022 года).
2. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

И.о.заведующей



Е.Г. Рязанцева

Перечень блюд 10-дневного цикличного меню САД 3 кв. 2022 г. (10,5-ч.режим)		
1 ДЕНЬ		
Завтрак	Обед	Полдник
Яйцо вареное 40 г	Суп с рыбными консервами 200 г	Молоко кипяченое 180 г
Икра кабачковая (консерв) 60 г	Гуляш 80/80 г	Печенье сдобное 40г
Хлеб ржаной 40 г	Пюре картофельное 150 г	
Масло сливочное 5 г	Овощи натуральные свежие (огурец) 50 г	
Чай с сахаром и лимоном 200/15/7 г	Хлеб пшеничный 60 г	
	Компот из сухофруктов 200 г	
2 -ой завтрак		
Сок фруктовый в ассортименте 200 г		
2 ДЕНЬ		
Завтрак	Обед	Полдник
Каша вязкая рисовая молочная 200/5 г	Суп картофельный с лапшой домашней 200 г	Кефир 180 г
Сыр российский 15 г	Котлета из птицы 80/5 г	Булочка "Творожная" 50 г
Хлеб пшеничный 40 г	Рагу из овощей 150/5 г	
Масло сливочное 5 г	Хлеб пшеничный 30 г	
Чай с сахаром 200/15 г	Хлеб ржаной 30 г	
	Кисель из яблок свежих 200 г	
2 -ой завтрак		
Яблоки свежие 150 г		
3 ДЕНЬ		
Завтрак	Обед	Полдник
Запеканка из творога со сгущенным молоком 120/10 г	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной 200/5 г	Ряженка 200 г
Хлеб ржаной 40 г	Котлеты из говядины 80 г	Булочка "Умница" йод. 50 г
Масло сливочное 5 г	Макароны отварные с маслом 130 г	
Какао с молоком 200 г	Овощи натуральные свежие (помидор) 50 г	
	Хлеб пшеничный 60 г	
2 -ой завтрак		
Напиток овощной 200 г	Компот из свежих яблок 200 г	
4 ДЕНЬ		
Завтрак	Обед	Полдник
Каша манная молочная жидкая 200/5г	Суп картофельный с бобовыми 200 г	Молоко кипяченое 180 г
Сыр российский 15 г	Тефтели рыбные с соусом 80/50 г	Вафли в ассортименте 40 г
Масло сливочное 5 г	Рис припущенный 150 г	
Хлеб пшеничный 40 г	Овощи натуральные свежие (огурец) 50 г	
Чай с сахаром и лимоном 200/15/7 г	Хлеб пшеничный 60 г	
	Напиток из плодов шиповника 200 г	
2 -ой завтрак		
Бананы свежие 150 г		
5 ДЕНЬ		
Завтрак	Обед	Полдник
Сырники из творога со сгущенным молоком 150/15 г	Суп картофельный с вермишелью 200 г	Кефир 180 г
Масло сливочное 5 г	Запеканка картофельная с мясом 250/5 г	Крендель сахарный 70 г
Хлеб ржаной 40 г	Овощи натуральные свежие (помидор) 50 г	
Чай с сахаром 200/15 г	Хлеб пшеничный 30 г	
	Хлеб ржаной 30 г	
2 -ой завтрак		
Яблоки свежие 150 г	Компот из сухофруктов 200 г	
6 ДЕНЬ		
Завтрак	Обед	Полдник
Омлет натуральный с маслом сливочным 106/5 г	Щи из свежей капусты 200/5 г	Ряженка 180 г
Горошек зеленый консервированный 40 г	Тефтели из говядины с соусом 80/50 г	Печенье сдобное 40г
Масло сливочное 5 г	Каша гречневая рассыпчатая 150/5 г	
Хлеб пшеничный 40 г	Овощи натуральные свежие (огурец) 50 г	

Чай с лимоном 200/15/7 г	Хлеб пшеничный 60 г	
	Кисель из яблок свежих 200 г	
<i>2 -ой завтрак</i>		
Сок фруктовый в ассортименте 200 г		
<b>7 ДЕНЬ</b>		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Полдник</i>
Суп молочный с макаронными изделиями 200/3 г	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/5 г	Молоко кипяченое 180 г
Масло сливочное 5 г	Зразы рыбные рубленые с яйцом 80/5г	Ватрушка с творогом 50 г
Сыр российский 15 г	Пюре картофельное 150 г	
Хлеб ржаной 40 г	Овощи натуральные свежие (помидор) 50 г	
Какао с молоком сгущенным 200 г	Хлеб пшеничный 30 г	
	Хлеб ржаной 30 г	
<i>2 -ой завтрак</i>		
Яблоки свежие 150 г	Компот из сухофруктов 200г	
<b>8 ДЕНЬ</b>		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Полдник</i>
Вареники ленивые отварные с маслом 120/5	Суп картофельный с мясными фрикадельками 200/28 г	Кефир 180 г
Хлеб пшеничный 40 г	Плов из птицы 80/160 г	Пирожок печеный с повидлом 75 г
Масло сливочное 5 г	Овощи натуральные свежие (огурец) 50 г	
Чай с сахаром 200/15 г	Хлеб пшеничный 60 г	
	Компот из свежих яблок 200 г	
<i>2 -ой завтрак</i>		
Напиток овощной 200 г		
<b>9 ДЕНЬ</b>		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Полдник</i>
Каша пшеничная жидкая молочная с маслом 200/5 г	Суп картофельный с клецками 200 г	Ряженка 180 г
Хлеб ржаной 40 г	Котлеты из говядины 80 гр	Коржик молочный 50 г
Масло сливочное 5 г	Капуста тушеная 150 г	
Кофейный напиток с молоком 200 г	Овощи натуральные свежие (помидор) 50 г	
	Хлеб пшеничный 30 г	
<i>2 -ой завтрак</i>		
Бананы свежие 150 г	Хлеб ржаной 30 г	
	Напиток из плодов шиповника 200 г	
<b>10 ДЕНЬ</b>		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Полдник</i>
Оладьи с повидлом 120/10 г	Суп картофельный с крупой 200 г	Кефир 180 г
Хлеб пшеничный 40 г	Котлеты рыбные 80/5 г	Вафли в ассортименте 40 г
Масло сливочное 5 г	Картофель, запеченный в сметанном соусе 150 г	
Чай с лимоном 200/15/7 г	Овощи натуральные свежие (огурец) 50 г	
	Хлеб пшеничный 60 г	
<i>2 -ой завтрак</i>		
Яблоки свежие 150 г	Компот из сухофруктов 200 г	