ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ

Сертификат: CC 5A BC FE 84 87 CD 52 84 C2
Владелец: Мулина Елена Николаевна
Действителен: с 14.04.2021 по 14.04.2026

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение №16 "Детский сад" г. Кингисеппа
Примерное 15-дневное меню (план-меню) для организации питания детей с 4 до 7 лет

Первая неделя

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда
Понедельник	Каша рисовая	200	**Вторник**	Вермишель молочная	200	**Среда**	Каша пшенная	200	**Четверг**	Каша геркулесовая	200	**Пятница**	Каша пшеничная	200
День 1	Хлеб пшеничный	35	**День 2**	Хлеб пшеничный	35	**День 3**	Хлеб пшеничный	35	**День 4**	Хлеб пшеничный	35	**День 5**	Хлеб пшеничный	35
	Масло (порция)	8		Масло (порция)	8		Масло (порция)	8		Масло (порция)	8		Масло (порция)	8
Завтрак 1	Сыр	11	**Завтрак 1**	Сыр	11	**Завтарк 1**	Сыр	11	**Завтрак 1**	Какао с молоком	200	**Завтарак 1**	Сыр	11
	Какао с молоком	200		Кофейный напиток с молоком	200		Кофейный напиток с молоком	200					Кофейный напиток с молоком	200
Завтрак 2	Сок яблочный	100	**Завтрак 2**	Яблоко	100	**Завтрак 2**	Сок яблочный	150	**Завтрак 2**	Яблоко	100	**Завтрак 2**	Молоко	150
Обед	Хлеб ржаной	40	**Обед**	Хлеб ржаной	40	**Обед**	Хлеб ржаной	40	**Обед**	Хлеб ржаной	40	**Обед**	Хлеб ржаной	40
	Суп гороховый с курицей с гренками	200		Суп овощной с курицей и зеленью	200		Борщ со сметаной и зеленью	200		Щи из квашеной капусты с зеленью	200		Солянка рыбная со сметаной и зеленью	200
	Биточек мясной	60		Печень в молочном соусе	70		Котлета куринная	70		Тефтеля рыбная с овощным соусом	70		Макароны с маслом	150
	Пюре картофельное	140		Каша гречневая рассыпчатая с маслом	130		Каша рисовая с маслом и молочным соусом	130/30		Пюре картофельное	100		Бефстроганов из мяса	70
	Салат из свеклы	60		Салат из моркови	40		Салат из зеленного горошка	40		Капуста тушенная	70		Компот из сухофруктов	200
	Компот из сухофруктов	200		Компот из свежих яблок	200		Компот из клюквы	200		Компот из чернослива и изюма	200			
Усиленный полдник	Омлет	100	**Усиленный полдник**	Котлеты рыбные любительские	60	**Усиленный полдник**	Пудинг творожный с морковью	150	**Усиленный полдник**	Суфле куриное	80	**Усиленный полдник**	Овощное рагу в молочном соусе	150
	Кукуруза консервированная	40		Хлеб пшеничный	25		Повидло	30		Салат из свеклы	60		Хлеб пшеничный	25
	Хлеб пшеничный	25		Пюре картофельное	100		Молоко	150		Хлеб пшеничный	25		Пирожок с яблоком	70
	Чай с лимоном и сахаром	200		Салат из квашеной капусты	40					Чай с лимоном и сахаром	200		Чай с лимоном и сахаром	200
				Чай с лимоном и сахаром	200									

Вторая неделя														
Прием пищи	**Наименование блюда**	**Вес блюда**	**Прием пищи**	**Наименование блюда**	**Вес блюда**	**Прием пищи**	**Наименование блюда**	**Вес блюда**	**Прием пищи**	**Наименование блюда**	**Вес блюда**	**Прием пищи**	**Наименование блюда**	**Вес блюда**
Понедельник	Каша пшенная	200	**Вторник**	Каша манная	200	**Среда**	Каша ячневая	200	**Четверг**	Вермишель молочная	200	**Пятница**	Каша гречневая	200
День 6	Хлеб пшеничный	35	**День 7**	Хлеб пшеничный	35	**День 8**	Хлеб пшеничный	35	**День 8**	Хлеб пшеничный	35	**День 10**	Хлеб пшеничный	35
	Масло (порция)	8		Масло (порция)	8		Масло (порция)	8		Масло (порция)	8		Масло (порция)	8
Завтрак 1	Какао с молоком	200	**Завтрак 1**	Кофейный напиток с молоком	200	**Завтрак 1**	Кофейный напиток с молоком	200	**Завтрак 1**	Какао с молоком	200	**Завтрак 1**	Кофейный напиток с молоком	200
Завтрак 2	Сок яблочный	100	**Завтрак 2**	Яблоко	100	**Завтрак 2**	Сок яблочный	150	**Завтрак 2**	Яблоко	150	**Завтрак 2**	Сок яблочный	150
Обед	Хлеб ржаной	40	**Обед**	Хлеб ржаной	40	**Обед**	Хлеб ржаной	40	**Обед**	Хлеб ржаной	40	**Обед**	Хлеб ржаной	40
	Суп вермишелевый с курой и зеленью	200		Рассольник со сметаной и зеленью	200		Свекольник со сметаной и зеленью	200		Щи из свежей капусты со сметаной	200		Суп рыбный с зеленью и сметаной	200
	Жаркое по домашнему	180		Макаронные изделия с маслом	140		Котлета куринная	60		Зраза рыбная с яйцом (рулет)	60		Плов с мясом	200
	Салат из свеклы	60		Гуляш из мяса кур	70		Овощное рагу	150		Пюре картофельное	140		Салат из зеленного горошка	40
	Компот из свежих яблок	200		Салат из свежей капусты	40		Компот из клюквы	200		Салат из свеклы	60		Компот из сухофруктов	200
				Компот из чернослива и изюма	200					Компот из свежих яблок	200			
Усиленный полдник	Омлет	100	**Усиленный полдник**	Сельдь слабой соли с маслом	50	**Усиленный полдник**	Запеканка из творога	170	**Усиленный полдник**	Запеканка овощная с сердцем	120	**Усиленный полдник**	Овощи тушенные	100
	Кукуруза консервированная	40		Пюре картофельное	100		Сгущенное молоко	25		Соус молочный	30		Хлеб пшеничный	25
	Хлеб пшеничный	25		Хлеб пшеничный	25		Молоко	150		Хлеб пшеничный	25		Булочка сдобная "Веснушка"	50
	Чай с лимоном и сахаром	200		Чай с сахаром	200					Чай с сахаром	200		Чай с лимоном и сахаром	200

Третья неделя														
Прием пищи	**Наименование блюда**	**Вес блюда**	**Прием пищи**	**Наименование блюда**	**Вес блюда**	**Прием пищи**	**Наименование блюда**	**Вес блюда**	**Прием пищи**	**Наименование блюда**	**Вес блюда**	**Прием пищи**	**Наименование блюда**	**Вес блюда**
Понедельник	Каша геркулесовая	200	**Вторник**	Каша ячневая	200	**Среда**	Каша пшенная	200	**Четверг**	Каша "Дружба"	200	**Пятница**	Каша гречневая	200
День 11	Хлеб пшеничный	35	**День 12**	Хлеб пшеничный	35	**День 13**	Хлеб пшеничный	35	**День 14**	Хлеб пшеничный	35	**День 15**	Хлеб пшеничный	35
Завтрак 1	Масло (порция)	8	**Завтрак 1**	Масло (порция)	8	**Завтрак 1**	Масло (порция)	8	**Завтрак 1**	Масло (порция)	8	**Завтрак 1**	Масло (порция)	8
	Сыр	11		Сыр	11		Сыр	11		Сыр	11		Кофейный напиток с молоком	200
	Какао с молоком	200		Кофейный напиток с молоком	200		Кофейный напиток с молоком	200		Какао с молоком	200			
Завтрак 2	Сок яблочный	150	**Завтрак 2**	Яблоко	100	**Завтрак 2**	Сок яблочный	150	**Завтрак 2**	Яблоко	100	**Завтрак 2**	Молоко	150
Обед	Хлеб ржаной	40	**Обед**	Хлеб ржаной	40	**Обед**	Хлеб ржаной	40	**Обед**	Хлеб ржаной	40	**Обед**	Хлеб ржаной	40
	Суп фасолевый с курицей и зеленью	200		Щи из свежей капусты со сметаной	200		Солянка мясная со сметной и зеленью	200		Щи из квашеной капусты с зеленью	200		Суп вермишелевый с курой и зеленью	200
	Азу/тушенный картофель с мясом	180		Сердце говяжье тушенное в соусе	70		Котлета куринная	60		Суфле из рыбы	70		Ёжики с рисом в соусе	180
	Салат из свеклы	60		Рис отварной с маслом	130		Овощи тушенные	150		Пюре картофельное	140		Салат из свежей капусты	40
	Компот из сухофруктов	200		Компот из чернослива и изюма	200		Компот из клюквы	200		Салат из свеклы	60		Компот из сухофруктов	200
Усиленный полдник	Омлет	100	**Усиленный полдник**	Тефтеля рыбная с овощным соусом	60	**Усиленный полдник**	Лапшевник с творогом	130		Компот из свежих яблок	200			
	Кукуруза консервированная	40		Пюре картофельное	100		Повидло	30	**Усиленный полдник**	Голубцы ленивые со сметаной	120	**Усиленный полдник**	Фрикадельки из птицы	60
	Хлеб пшеничный	25		Хлеб пшеничный	25		Молоко	150		Хлеб пшеничный	25		Морковь тушенная в сметане	100
	Чай с лимоном и сахаром	200		Салат из квашеной капусты	40					Чай с сахаром	200		Хлеб пшеничный	25
				Чай с сахаром	200					Булочка сдобная	70		Чай с лимоном и сахаром	200