Мельник Светлана Александровна

Подписано цифровой подписью: Мельник Светлана Александровна
Дата: 2023.04.03 15:14:26 +08'00'

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
МБДОУ «ДСКВ № 49»
/Мельник С.А. /

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ(диета) МБДОУ «ДСКВ № 49» с 03.04.2023г. по 28.04.2023г.

Понедельник 03.04.23.		Вторник 04.04.23		Среда 05.04.23		Четверг 06.04.23		Пятница 07.04.23	
Завтрак		**Завтрак**		**Завтрак**		**Завтрак**		**Завтрак**	
Каша рисовая на воде (диета)	150/180	Каша гречневая на воде (диета)	150/180	Каша кукурузная на воде (диета)	150/180	Каша пшенная на воде (диета)	150/180	Каша ячневая на воде (диета)	150/1
Масло сливочное	5/5	Масло сливочное	5/5	Масло сливочное	5/5	Масло сливочное	5/5	Повидло фруктовое	15/15
Сыр твердый	6/6	Сыр твердый	6/6	Сыр твердый	6/6	Сыр твердый	6/6		
Чай русский (диета)	180/180	ЧАЙ С САХАРОМ (ДИЕТА)	180/180	Чай французский (диета)	180/180	Чай русский (диета)	180/180	Чай с сахаром (диета)	180/1
Батон белый	20/30	Батон белый	20/30	Батон белый	20/30	Батон белый	20/30	Батон белый	20/30
Хлеб ржаной	10/10	Хлеб ржаной	10/10	Хлеб ржаной	10/10	Хлеб ржаной	10/10	Хлеб ржаной	10/10
Завтрак2		**Завтрак 2**		**Завтрак2**		**Завтрак 2**		**Завтрак 2**	
Напиток из смородины черной	150/180	Напиток из свежих фруктов	150/180	Напиток из смородины красной	150/180	Напиток росинка чайный	150/180	Напиток из вишни	150/1
Обед		**Обед**		**Обед**		**Обед**		**Обед**	
Икра тыквы	30/50	Салат Лука	30/50	Икра морковная	30/50	Икра луковая	30/50	Икра кабачков	30/50
Суп картофельный с мясными шариками	150/180	Свекольник	150/180	Похлебка мясная (диета)	150/180	Щи столичный с мясом	150/180	Похлебка с мясом (диета)	150/1
Котлеты мясные (диета)	50/70	Мясо тушеное (диета)	50/70	Картофельная запеканка с мясом	130/150	Мясо отварное (диета)	50/70	Жаркое по -домашнему	160/2
Пюре картофельное(диета)	110/130	Гарнир сложный (картофель +морковь)	110/130	Соус сметанный	50/50	Гарнир каша рисовая рассыпчатая	110/130		
Соус сметано-томатный	50/50	Компот из яблок,изюма	150/180	Компот из черноплодной рябины и фруктов	150/180	Соус молочный	50/50	Компот из чернослив	150/1
Компот из изюма	150/180	Хлеб пшеничный	30/30	Хлеб пшеничный	30/30	Напиток из шиповника	150/180		
Хлеб пшеничный	30/30	Хлеб ржаной	10/20	Хлеб ржаной	10/20	хлеб пшеничный	30/30	Хлеб пшеничный	30/30
Хлеб ржаной	10/20					Хлеб ржаной	10/20	Хлеб ржаной	10/20
Полдник		**Полдник**		**Полдник**		**Полдник**		**Полдник**	
Груша печеная (диета)	50/50	Яблоко печеное (диета)	50/50	Яблоко печеное (диета)	50/50	Груша печеная (дольки)	50/50	Груша печеная (диета)	50/50
Чай с сахаром (диета)	150/200	Напиток из вишни,сухофруктов	150/200	Напиток из шиповника (диета)	150/200	Напиток из тыквы,яблока	150/200	Чай французский	150/2
Ужин		**Ужин**		**Ужин**		**Ужин**		**Ужин**	
Яблоки печеные (дольки)	30/50	Запеканка из печени с крупой, овощами	50/70	Груша печеная дольки	30/50	Икра морковная с луком	50/50	Мясной сырок	50/70
Каша перловая с мясом (ДИЕТА)	200/200	Макароны отварные с маслом	110/130	Жаркое по-домашнему (диета)	200/200	Рагу овощное с мясом	160/200	Картофель с маслом (диета)	110/1
		Соус томат	50/50					Соус красный	50/50
Чай французский	180/200	Чай русский	150/180	Чай с сахаром	180/200	Чай яблочный (диета)	180/200	Чай фруктовый	150/1
Хлеб пшеничный	20/20	Хлеб пшеничный	20/20	Хлеб пшеничный	20/20	Хлеб пшеничный	20/20	Хлеб пшеничный	20/20
Хлеб ржаной	20/20	Хлеб ржаной	20/20	Хлеб ржаной	20/20	Хлеб ржаной	20/20	Хлеб ржаной	20/

Понедельник 10.04.23		Вторник 11.04.23		Среда 12.04.23		Четверг 13.04.23		Пятница 14.04.23	
Завтрак		**Завтрак**		**Завтрак**		**Завтрак**		**Завтрак**	
Каша пшенная на воде (диета)	150/180	Каша ячневая на воде (диета)	150/180	Каша пшенная на воде (диета)	150/180	Каша рисовая на воде (диета)	150/180	Каша кукурузная на воде (диета)	150/1
Масло сливочное	5/5	Масло сливочное	5/5	Масло сливочное	5/5	Масло сливочное	5/5	Масло сливочное	5/5
Сыр твердый	6/6	Сыр твердый	6/6	Сыр твердый	6/6	Сыр твердый	6/6	Сыр твердый	6/6
Чай русский (диета)	180/180	Чай французский (диета)	180/180	Чай с сахаром (диета)	180/180	Чай русский (диета)	180/180	Чай французский(диета)	180/1
Батон белый	20/30	Батон белый	20/30	Батон белый	20/30	Батон белый	20/30	Батон белый	20/30
Хлеб ржаной	10/10	Хлеб ржаной	10/10	Хлеб ржаной	10/10	Хлеб ржаной	10/20	Хлеб ржаной	10/20
Завтрак 2		**Завтрак 2**		**Завтрак 2**		**Завтрак2**		**Завтрак2**	
Напиток яблочный	150/180	Напиток из вишни	150/180	Напиток из шиповника	150/180	Напиток из свежих фруктов	150/180	Компот из яблок	150/1
Обед		**Обед**		**Обед**		**Обед**		**Обед**	
Икра тыквы	30/50	Икра из морской капусты	30/50	Икра морковная с луком	30/50	Салат свекла с сыром	30/50	Икра из кабачков	30/50
Суп овощная смесь	150/180	Борщ с картофелем	150/180	Суп крестьянский со сметаной	150/180	Суп рисовый с мясом, томатом, чесноком	150/180	Рассольник с крупой	150/1
Рагу из мяса, овощей Веселенькая семейка	160/200	Жаркое по-домашнему (диета)	160/200	Мясо тушеное (ди ета)	50/70	Бифштекс натуральный	50/70	Мясо отварное (диета)	50/70
				Пюре картофельное(диета)	110/130	Картофель отварной с маслом	110/130	Гарнир каша рисовая рассыпчатая	110/1
Компот смородина, вишня, яблоко	150/180	Компот из яблок и изюма	150/180	Компот из сухофруктов	150/180	Компот из изюма	150/180	Компот из тыквы, облепихи	150/1
Хлеб пшеничный	30/30	Хлеб пшеничный	30/30	Хлеб пшеничный	30/30	Хлеб пшеничный	30/30	Хлеб пшеничный	30/30
Хлеб ржаной	10/20	Хлеб ржаной	10/20	Хлеб ржаной	10/20	Хлеб ржаной	10/20	Хлеб ржаной	10/20
Полдник		**Полдник**		**Полдник**		**Полдник**		**Полдник**	
Груша печеная (диета)	50/50	Яблоко печеное (диета)	50/50	Яблоко печеное (диета)	50/50	Груша печеная (дольки)	50/50	Яблоко печеное (диета)	50/50
Чай бес сахара (диета)	150/200	Напиток из тыквы, яблока	150/200	Чай русский (диета)	150/200	Компот смесь ягод (слива, абрикос)	150/200	Напиток росинка чайный	150/2
Ужин		**Ужин**		**Ужин**		**Ужин**		**Ужин**	
Яблоко печеное(дольки)	30/50	Салат Русский (картофель ,огурец)	60/60	Груша печеная(дольки)	30/50	Котлеты Летние из говядины	50/70	Кукуруза порционная (диета)	30/50
Мясо духовое с овощами(диета)	130/150	Бигус с мясом	160/200	Плов с мясом (диета)	200/200	Овощи тушеные	130/150	Котлета мясная (диета0	50/70
								Пюре картофельное (диета)	110/1
						мармелад	15/15	Соус молочный	50/50
Чай с сахаром	180/200	Чай с лимоном	150/180	Чай витаминный	180/200	Чай яблочный	150/180	Чай русский	150/1
Хлеб пшеничный	20/20	Хлеб пшеничный	20/20	Хлеб пшеничный	20/20	Хлеб пшеничный	20/20	Хлеб пшеничный	20/20
Хлеб ржаной	20/20	Хлеб ржаной	20/20	Хлеб ржаной	20/20	Хлеб ржаной	20/20	Хлеб ржаной	20

Понедельник 17.04.23		**Вторник 18.04.23**		**Среда 19.04.23**		**Четверг 20.04.23**		**Пятница 21.04.23**	
Завтрак		**Завтрак**		**Завтрак**		**Завтрак**		**Завтрак**	
Каша ячневая на воде (диета)	150/180	Каша гречневая на воде (диета)	150/180	Каша пшенная на воде (диета)	150/180	Каша геркулес на воде (диета)	150/180	Каша ячневая на воде (диета)	150/1
Масло сливочное	5/5	Масло сливочное	5/5	Масло сливочное	5/5	Масло сливочное	5/5	Повидло фруктовое	15/15
Сыр твердый	6/6	Сыр твердый	6/6	Сыр твердый	6/6	Сыр твердый	6/6	Чай русский (диета)	180/1
Чай французский (диета)	180/180	Чай русский (диета)	180/180	Чай с сахаром	180/180	Чай французский (диета)	180/180	Батон белый	20/30
Батон белый	20/30	Батон белый	20/30	Батон белый	20/30	Батон белый	20/30	Хлеб ржаной	10/10
Хлеб ржаной	10/10	Хлеб ржаной	10/10	Хлеб ржаной	10/10	Хлеб ржаной	10/10		
Завтрак 2		**Завтрак 2**		**Завтрак 2**		**Завтрак 2**		**Завтрак 2**	
Напиток из смородины черной	150/180	Напиток из свежих фруктов	150/180	Сок фруктовый	150/180	Напиток росинка чайный	150/180	Напиток из вишни св.мор.	150/1
Обед		**Обед**		**Обед**		**Обед**		**Обед**	
Икра кабачков	30/50	Икра луковая	30/50	Икра из морской капусты	30/50	Икра тыквы	30/50	Икра кабачков	30/50
Суп овощной	150/180	Похлебка с мясом (диета)	150/180	Суп овощная смесь	150/180	Борщ с мясом	150/180	Рассольник Северный	150/1
Котлета мамина	50/80	Бигус с мясом (диета)	160/200	Мясо отварное (диета)	50/70	Мясо духовое с овощами	160/200	Биточки натуральные мясные	50/70
Картофель отварной с маслом (диета)	110/130	Напиток из тыквы, яблока	150/180	Гарнир каша перловая рассыпчатая	110/130	Напиток из чернослива ,яблок	150/180	Пюре картофельное (диета)	110/1
Компот из сухофруктов	150/180			Компот из вишни св.мор	150/180			Компот из сухофруктов	150/1
Хлеб пшеничный	30/30	Хлеб пшеничный	30/30	Хлеб пшеничный	30/30	Хлеб пшеничный	30/30	Хлеб пшеничный	30/30
Хлеб ржаной	10/20	Хлеб ржаной	10/20	Хлеб ржаной	10\20	Хлеб ржаной	10/20	Хлеб ржаной	10/20
Полдник		**Полдник**		**Полдник**		**Полдник**		**Полдник**	
Груша печеная (диета)	50/50	Яблоко печеное (диета)	50/50	Яблоко печеное (диета)	50/50	Яблоко печеное (диета)	50/50	Груша печеная (диета)	50/50
Чай русский (диета)	150/200	Напиток росинка чайный	150/200	Чай французский (диета)	150/200	Компот из свежих фруктов(груша)	150/200	Напиток из вишни	150/1
Ужин		**Ужин**		**Ужин**		**Ужин**		**Ужин**	
Яблоки печеные (дольки)	30/50	Салат картофельный с горошком, луком	60/60	Груша печеная (дольки)	30/50	Икра овощная	30/50	Котлета мясная(диета)	50/70
Жаркое по-домашнему (диета)	200/200	Суфле из печени	100/110	Каша ячневая с мясом(диета)	200/20	Запеканка из печени с крупой и овощами	50/70	Каша рисовая рассыпчатая	110/1
		Соус сметанный	50/50			Макароны отварные с маслом	110/130	Соус молочный	50/
Чай с сахаром	180/200	Чай с шиповником	180/200	Чай русский	180/200	Чай с сахаром	180/200	Чай французский	180/2
Хлеб пшеничный	20/20	Хлеб пшеничный	20/20	Хлеб пшеничный	20/20	Хлеб пшеничный	20/20	Хлеб пшеничный	20/20
Хлеб ржаной	20/20	Хлеб ржаной	20/20	Хлеб ржаной	20/20	Хлеб ржаной	20/20	Хлеб ржаной	20/

Понедельник 24.04.23		**Вторник 25.04.23**		**Среда 26.04.23г.**		**Четверг 27.04.23.**		**Пятница 28.04.23**	
Завтрак		**Завтрак**		**Завтрак**		**Завтрак**		**Завтрак**	
Каша геркулес на воде (диета)	150/180	Каша гречневая на воде (диета)	150/180	Каша рисовая на воде (диста)	150\180	Каша пшенная на воде (диета)	150/180	Каша кукурузная на воде(диета)	150/1
Масло сливочное	5/5	Масло сливочное	5/5	Масло сливочное	5/5	Масло сливочное	5/5	Повидло фруктовое	15/15
Сыр твердый	6/6	Сыр твердый	6/6	Сыр твердый	6/6	Сыр твердый	6/6	Чай французский (диета)	180/1
Чай русский (диета)	180/180	Чай с сахаром (диета)	180/180	Чай яблочный (диета)	180/180	Чай русский (диета)	180/180		
Батон белый	20/30	Батон белый	20/30	Батон белый	20/30	Батон белый	20/30	Батон белый	20/30
Хлеб ржаной	10/10	Хлеб ржаной	10/10	Хлеб ржаной	10/10	Хлеб ржаной	10/10	Хлеб ржаной	10/10
Завтрак 2		**Завтрак 2**		**Завтрак 2**		**Завтрак 2**		**Завтрак 2**	
Напиток из смородины черной	150/180	Напиток вишни,яблока	150/180	Напиток росинка чайный	150/180	Напиток из свежих фруктов	150/180	Напиток из шиповника	150/1
Обед		**Обед**		**Обед**		**Обед**		**Обед**	
Икра из кабачков	30/50	Икра из морской капусты	30/50	Икра тыквы	30/50	Икра овощная	30/50	Икра луковая	30/50
Суп картофельный с рикадельками	150/180	Борщ полтавский с галушками	150/180	Щи столичные с мясом	150/180	Рассольник с крупой	150/180	Суп овощная смесь	150/1
Нифитекс натуральный	50/70	Плов с мясом (диета)	160/200	Биточки детские из мяса	50/70	Котлета мясная (диета)	50/70	Мясо тушеное	50/70
Картофель тушеный с луком	110/130	Компот из черноплодной рябины и фруктов	150/180	Картофель отварной с маслом(диета)	110/130	Гарнир каша рисовая рассыпчатая	110/130	Гарнир каша перловая рассыпчатая	110/1
Компот из яблок	150/180	Хлеб белый	30/30	Компот из изюма	150/180	Соус красный	50/50	Компот из смеси смородина, вишня, яблоко	150/1
Хлеб пшеничный	30/30	Хлеб ржаной	10/20	Хлеб белый	30/30	Компот из сухофруктов	150/180	Хлеб пшеничный	30/30
Хлеб ржаной	10/20			Хлеб ржаной	10/20	Хлеб белый	30/30	Хлеб ржаной	10/20
						Хлеб ржаной	10/20		
Полдник		**Полдник**		**Полдник**		**Полдник**		**Полдник**	
Яблоко печеное (диета)	50/50	Груша печеная (диета)	50/50	Груша печеная (диета)	50/50	Яблоко печеное (диета)	50/50	Груша печеная (диета)	50/50
Чай французский (диета)	150/200	Кисель из облепихи	150/200	Чай с сахаром (диета)	150/200	Компот из яблок, изюма	150/200	Напиток из вишни, сухофруктов	150/2
Ужин		**Ужин**		**Ужин**		**Ужин**		**Ужин**	
Груша печеная (дольки)	30/50	Котлета мясная (диета)	50/70	Яблоко печеное (дольки)	30/50	Кнели печеночные	50/70	Мясо отварное (диета0	50/70
Мясо духовое с овощами (диета)	200/200	Гарнир каша перловая рассыпчатая	110/130	Каша ячневая с мясом (диета)	200/200	Макароны отварные с маслом	110/130	Пюре картофельно-морковное (диета)	110/1
		Соус сметано-томатный	50/50			Соус молочный	50/50	Соус томат	50/50
Чай с сахаром	180/200	Чай витаминный	150/180	Чай французский	180/200	Чай русский	180/200	Чай с лимоном	150/1
Хлеб пшеничный	20/20	Хлеб пшеничный	20/20	Хлеб пшеничный	20/20	Хлеб пшеничный	20/20	Хлеб пшеничный	20/20
Хлеб ржаной	20/20	Хлеб ржаной	20/20	Хлеб ржаной	20/20	Хлеб ржаной	20/20	Хлеб ржаной	20/20