Утверждено:

Директор ООО «Май-М»

_____/Е.С. Ардашева/

Согласовано:

Заведующий МАДОУ «ЦРР – Детский сад № 252» г. Перми

_____/О.Н. Оносова/

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (ПЛАН-МЕНЮ) НА ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ, ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОДЫ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ОТ 1 ДО 3 ЛЕТ (ЯСЛИ) В ДОШКОЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ «МАЙ-М»

ИНН 5903996871
ОГРН 1145958020273
КПП 590301001

МЕНЮ СОСТАВЛЕНО ПО:
СБОРНИК ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ, РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ДОШКОЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ И ДЕТСКИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ
ПОД ОБЩЕЙ РЕДАКЦИЕЙ ПРОФЕССОРА ПЕРЕВАЛОВА А.Я.
ИЗДАНИЕ 7-Е, ПЕРЕРАБОТАННОЕ И ДОПОЛНЕННОЕ, ПЕРМЬ 2013 г.
И
ЕДИНЫЙ СБОРНИК ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ, РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ДЕТСКИХ САДОВ, ДЕТСКИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ, УЧРЕЖДЕНИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ, СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ДЛЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ, НУЖДАЮЩИХСЯ В СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ, ЛЕЧЕБНО-ПРОФЕЛАКТИЧЕСКИХ УЧРЕЖДЕНИЙ
ПОД ОБЩЕЙ РЕДАКЦИЕЙ ПРОФЕССОРА ПЕРЕВАЛОВА А.Я.
ИЗДАНИЕ 5-Е, С ДОПОЛНЕНИЯМИ 2018 г.
ИЗДАНИЕ 4-Е, С ДОПОЛНЕНИЯМИ 2021 г.

тверждаю директор ООО "Май-М"_____/Ардашева Е.С.

Согласовано: Заведующий МАДОУ "ЦРР - Детский сад №252"_____/Оносова О.Н./

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ЯСЛИ

День 1			День 2			День 3			День 4			День 5		
Наименование блюда	№ рецепта	Выход	Наименование блюда	№ рецепта	Выход	Наименование блюда	№ рецепта	Выход	Наименование блюда	№ рецепта	Выход	Наименование блюда	№ рецепта	Выход
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
А МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(150)	227/18	150	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(150)	220/18	150	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(150)	234/18	150	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ(150)	232/18	150	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(150)	230/18	150
ОН(20)	576/21	20	БАТОН(20)	576/21	20	БАТОН(20)	576/21	20	БАТОН(20)	576/21	20	БАТОН(20)	576/21	20
ЛО СЛИВОЧНОЕ(5)	79/18	5	ПОВИДЛО(ПОРЦИЯМИ)(10)	86/18	10	СЫР (ПОРЦИОННО)(10)	75/18	10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(5)	79/18	5	ПОВИДЛО(ПОРЦИЯМИ)(10)	86/18	10
ЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(180)	465/18	180	ЧАЙ С МОЛОКОМ(180)	460/18	180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (180)	464/18	180	КАКАО С МОЛОКОМ (180)	462/18	180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(180)	465/18	180
2 ЗАВТРАК			2 ЗАВТРАК			2 ЗАВТРАК			2 ЗАВТРАК			2 ЗАВТРАК		
КТЫ СВЕЖИЕ	82/18	100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	501/18	100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	501/18	100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	501/18	100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	82/18	100
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
АТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ(30)	17/21	30	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКОМ(30)	3/21	30	ОВОЩИ СВЕЖИЕ(ОГУРЦЫ)(30)	148/18	30	ОВОЩИ СВЕЖИЕ(ПОМИДОРЫ)(30)	148/18	30	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ И ОГУРЦОВ21(30)	5/21	30
КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(150)	144/13	150	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ(150/10)	95/18	150/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ(150)	116/18	150	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ(150/10)	100/18	150/10	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ(150)	123/18	150
ЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ"(50)	341/18	50	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ(180)	367/21	180	КНЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ(С)(60)	338/21	60	СУФЛЕ РЫБНОЕ(50)	303/18	50	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ(180)	375/21	180
А ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(120)	202/18	120	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ(150)	487/18	150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ(120)	380/18	120	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(120)	377/18	120	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(150)	495/18	150
ПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(150)	495/18	150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	573/21	20	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ(ИЗЮМА)(150)	494/18	150	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ(150)	488/18	150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	573/21	20
Б ПШЕНИЧНЫЙ(20)	573/21	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	574/21	20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	573/21	20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	573/21	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ(40)	574/21	40
Б РЖАНОЙ(20)	574/21	20				ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	574/21	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ(40)	574/21	40			
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
ЛОКО КИПЯЧЕНОЕ(180)	469/18	180	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(150)	496/18	150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ(180)	469/18	180	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА(150)	494/18	150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ(180)	469/18	180
НДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(20)	590/13	20	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ(60)	543/18	60	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(20)	590/13	20	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ(60)	530/18	60	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(20)	590/13	20
УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН		
ДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ(120)	283/18	120	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ(60)	356/18	60	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ(60)	347/13	60	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(М)(150)	279/18	150	ПОДГАРНИРОВКА СВЕЖИЕ ОГУРЦЫ(30)	148/18	30
УС ИЗ ПОВИДЛА(50)	483/18	50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(120)	256/18	120	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ (120)	172/18	120	СОУС ИЗ ПОВИДЛА(50)	483/18	50	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ(50)	339/18	50
Й С ЛИМОНОМ(180)	459/18	180	ЧАЙ С САХАРОМ(180)	457/18	180	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(180)	476/18	180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ(180)	459/18	180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(120)	256/18	120
ЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	573/21	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	573/21	20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	114/13	20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	573/21	20	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(180)	496/18	180
ЕБ РЖАНОЙ(20)	574/21	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	574/21	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	574/21	20				ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	573/21	20

ерждаю директор ООО "Май-М" _____/Ардашева Е.С.

Согласовано: Заведующий МАДОУ "ЦРР - Детский сад №252" _____/Оносова О.Н./

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ЯСЛИ

День 6			День 7			День 8			День 9			День 10		
Наименование блюда	№ рецепта	Выход	Наименование блюда	№ рецепта	Выход	Наименование блюда	№ рецепта	Выход	Наименование блюда	№ рецепта	Выход	Наименование блюда	№ рецепта	Выход
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
АННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(150)	227/18	150	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ(180)	140/18	180	КАША ДРУЖБА(150)	226/18	150	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ(150)	232/18	150	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ(150)	233/18	150
(20)	576/21	20	БАТОН(20)	576/21	20	БАТОН(20)	576/21	20	БАТОН(20)	576/21	20	БАТОН(20)	576/21	20
СЛИВОЧНОЕ(5)	79/18	5	СЫР (ПОРЦИОННО)(10)	75/18	10	ПОВИДЛО(ПОРЦИЯМИ)(10)	86/18	10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(5)	79/18	5	СЫР (ПОРЦИОННО)(10)	75/18	10
С МОЛОКОМ (180)	462/18	180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(150)	465/18	150	ЧАЙ С МОЛОКОМ(180)	460/18	180	КАКАО С МОЛОКОМ (180)	462/18	180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(180)	465/18	180
2 ЗАВТРАК			2 ЗАВТРАК			2 ЗАВТРАК			2 ЗАВТРАК			2 ЗАВТРАК		
Ы СВЕЖИЕ	82/18	100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	501/18	100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	501/18	100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	501/18	100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	82/18	100
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
ЧКОВАЯ(ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)(30)	150/18	30	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ(30)	14/21	30	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ(30)	17/21	30	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ(30)21Г	2/21	30	ОВОЩИ СВЕЖИЕ(ОГУРЦЫ)(30)	148/18	30
ЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ,СМЕТАНОЙ(150)	104/18	150/10	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ(СО СМЕТАНОЙ)(150/10)	119/18	150/10	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ(150/10)	98/18	150/10	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ(СО СМЕТАНОЙ)(150/10)	117/18	150/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ(150)	116/18	150
И ИЗ МЯСА В МОЛОЧНОМ СОУСЕ(50/20)	349/18	50/20	РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ ПАРОВЫЕ(50)	304/21	50	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ(60)	356/18	60	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ(С)(180)	394/96	180	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ(50)	372/21	50
ОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ(120)	258/18	120	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(120)	377/18	120	РИС ОТВАРНОЙ(120)	385/18	120	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ(ИЗЮМА)(150)	494/18	150	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ С ЛУКОМ(120)	182/21	120
ОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(150)	451/16	150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(150)	495/18	150	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ(150)	488/18	150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	573/21	20	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ(150)	487/18	150
ПШЕНИЧНЫЙ(20)	573/21	20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	573/21	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	573/21	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	574/21	20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	114/13	30
РЖАНОЙ(40)	574/21	40	ХЛЕБ РЖАНОЙ(30)	574/21	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	574/21	20				ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	115/13	20
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
КО КИПЯЧЕНОЕ(180)	469/18	180	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ(150)	487/18	150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ(180)	469/18	180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(150)	486/18	150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ(180)	469/18	180
ИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(20)	590/13	20	ВАТРУШКА ТВОРОЖНАЯ	531/18	60	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(20)	590/13	20	МАННИК(70)	550/18	70	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(20)	590/13	20
УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН		
НГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ	283/18	150	БИГУС(С)(180)	329/21	180	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР(60)	410/13	60	СУФЛЕ РЫБНОЕ(50)	303/18	50	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ(180)	268/18	180
ИЗ ПОВИДЛА(50)	483/18	50	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(180)	496/18	180	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ(120)	176/18	120	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(130)	256/18	130	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(180)	496/18	180
С САХАРОМ(180)	457/18	180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	573/21	30	ЧАЙ С ЛИМОНОМ(180)	459/18	180	ЧАЙ С САХАРОМ(180)	457/18	180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	114/13	20
ПШЕНИЧНЫЙ(20)	573/21	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	574/21	20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	573/21	20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	573/21	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	115/13	20
						ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	574/21	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	574/21	20			