

Приложение №1

к приказу № 41/08 от «31» 08 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ЧОУ «Татнефть-школа»

О.А. Калягина

«31» 08 2022 г.

Примерное 20-ти дневное меню для детей дошкольного возраста зимний период

1 день понедельник		2 день вторник		3 день среда		4 день четверг		5 день пятница	
Завтрак1									
Макароньы отварные с сыром с 3лет	180	Каша "Геркулес" молочная с 3 лет	200	Каша Ассорти (греча,пшеничная) молочная	200	Каша рисовая молочная с 3 лет	200	каша кукурузная молочная с 3 лет	200
Каша гречневая рассыпчатая (детям с пищев.аллерг)	150	Каша ячневая на воде (детям с пищевой аллергией)	150	Каша гречневая рассыпчатая (детям с пищев.аллерг)	150	Каша рисовая на воде (детям с пищевой аллергией)	150	Каша кукурузная на воде (детям с пищевой аллергией)	150
Чай с сахаром	180	Бутерброды с маслом с3 до 7 лет	45	Бутерброды с маслом с3 до 7 лет	45	Бутерброды с маслом с3 до 7 лет	45	Бутерброды с маслом	60
Печенье	20	Кофейный напиток с молоком с 3 лет	180	Чай с сахаром	180	Какао с молоком с 3 лет	180	Чай с сахаром	180
		Чай (детям с пищ.аллерг)	200			Чай (детям с пищ.аллерг)	200		
Завтрак2									
Сок фруктовый	200	напиток лимонный	100	Напиток из свежемороженых ягод(брусника.)	100	Напиток из свежемороженых ягод (облепиха)	100	Напиток из свежемороженых ягод(клюква)	100
Обед									
Салат из белокочанной капусты с 3 лет	50	Лук репчатый порционно	20	Огурцы свежие и помидоры дольками	50	Салат из свеклы.	50	Салат из белокочанной капусты.	50
Суп картофельный с яйцом на курином бульоне	200	Уха	200	Рассольник Ленинградский на мясном бульоне	200	Суп овощной на мясном бульоне	200	Суп ХАРЧО на мясном бульоне	200
Бефстроганов из индейки	90	Плов из говядины с 3 лет	200	Жаркое по-домашнему с 3 лет	200	Треугольники	150	Мясные зразы с яйцом,луком	80
Каша пшеничная на воде с маслом сливочным	130	Хлеб Дарницкий	20	Хлеб Дарницкий	20	Компот из смородины	200	Котлеты из говядины (детям с пищ.аллерг)	70
Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	20	Хлеб Дарницкий	20	Соус сметанный с томатом	20

1 неделя

Хлеб Дарницкий	20	Компот из яблок	180	Компот из сушеных фруктов	180	Хлеб пшеничный	30	Хлеб Дарницкий	20
Компот из сушеных фруктов	180							Хлеб пшеничный	30
								Компот из сушеных фруктов	180
Полдник									
Молоко кипяченое с 3 лет	180	Напиток из плодов шиповника.	200	Кефир	180	Сок фруктовый	200	Йогурт фруктовый питьевой	180
трубочки для молока с вкусовым наполнителем	1			Пряник	50			Сок фруктовый(детям с пищев.аллерг))	200
Сок фруктовый(детям с пищев.аллерг))	200			Сок фруктовый(детям с пищев.аллерг))	200			Яблоки зелёные (детям с пищев.аллерг)	120
Яблоки зелёные (детям с пищев.аллерг)	120			Яблоки зелёные (детям с пищев.аллерг)	120				
Ужин									
Вареники ленивые со сливочным соусом с 3 лет	180	Пицца детская.	150	Омлет натуральный с 3 лет	120	Суфле из рыбы с 3 лет	80	Королевская ватрушка из творога	150
Чай	180	Каша гречневая рассыпчатая (детям с пищев.аллерг)	150	Пюре гороховое(детям с пищ.аллерг.)	150	Рыба отварная (детям с пищев.аллерг)	80	Каша ячневая на воде (детям с пищевой аллергией)	150
Каша кукурузная на воде (детям с пищевой аллергией)	150	Чай с сахаром.	200	Бутерброды с сыром 3-7 лет	55	Макаронные изделия отварные	120	Чай с сахаром	180
конфеты мармеладные	20	Яблоки	100	Чай с сахаром.	200	Чай с лимоном.	200	Фрукты	120
Мандарин	70			Банан	100	Батон	30		

6 день понедельник		7 день вторник		8 день среда		9 день четверг		10 день пятница	
Завтрак1									
Каша гречневая с овощами с 3 лет	200	Каша ячневая молочная вязкая	200	Каша пшеничная молочная	200	Каша Ассорти (греча,пшеничная) молочная	200	Каша манная молочная	200
Чай с сахаром	180	Каша ячневая на воде (детям с пищевой аллергией)	150	Каша пшеничная на воде(детям с пищевой аллергией)	150	Каша гречневая на воде (детям с пищевой аллергией)	150	Каша кукурузная на воде (детям с пищевой аллергией)	150
Бутерброды с сыром 3-7 лет	55	Бутерброды с маслом с3 до 7 лет	45	Каша кукурузная на воде (детям с пищевой аллергией)	150	Бутерброды с маслом с3 до 7 лет	45	Бутерброды с маслом с3 до 7 лет	45
		Кофейный напиток с молоком с 3 лет	180	Бутерброды с маслом и с сыром	55	Какао с молоком с 3 лет	180	Чай с сахаром	180
		Чай (детям с пищ.аллерг)	200	Чай с сахаром	180	Чай (детям с пищ.аллерг)	200		

Завтрак2									
Актимель	1	Напиток из плодов шиповника	100	Напиток из свежемороженой ягод(брусника)	100	Напиток из свежемороженой ягод (облепиха)	100	Напиток из свежемороженой ягод(клюква)	100
Обед									
Салат из моркови с растительным маслом	50	Суп гречишное зёрнышко на мясном бульоне	200	Суп с макаронными изделиями на мясном бульоне с 3 лет	200	Помидоры свежие дольками	50	Суп свекольный на мясном бульоне со сметаной	200
Лепешка домашняя на курином бульоне	200	Котлеты из говядины с 3 лет	70	Мясо тушёное с капустой с 3 лет	200	Суп из булгура на мясном бульоне	200	Мясная ватрушка с сыром с 3лет	70
Мясо отварное с 3 лет(детям с пищев.аллерг)	50	Пюре картофельное с 3 лет	150	Хлеб Дарницкий	20	Азу	200	Ризотто	130
Птица отварная - с 3 лет	75	Соус сметанный с томатом	20	Хлеб пшеничный	30	Хлеб Дарницкий	20	Компот из сушеных фруктов	180
Пюре гороховое.	150	Хлеб Дарницкий	20	Компот из сушеных фруктов	180	Хлеб пшеничный	30	Хлеб Дарницкий	20
Компот из сушеных фруктов	180	Хлеб пшеничный	30			Компот из смородины	180	Хлеб пшеничный	30
Хлеб Дарницкий	20	Компот из Кураги	180						
Хлеб пшеничный	30								
Полдник									
Молоко кипяченое с 3 лет	180	Кисель ягодный	200	Кефир	180	Сок фруктовый	200	Йогурт фруктовый питьевой	180
трубочки для молока с вкусовым наполнителем	1			Сок фруктовый(детям с пищев.аллерг))	200			Сок фруктовый(детям с пищев.аллерг))	200
Сок фруктовый(детям с пищев.аллерг))	200			Яблоки зелёные (детям с пищев.аллерг)	120			Яблоки зелёные (детям с пищев.аллерг)	120
Яблоки зелёные (детям с пищев.аллерг)	120			Печенье	20				
Ужин									
Запеканка из творога с яблоком.	150	Салат из белокочанной и морской капусты	60	Запеканка рисовая с морковью	180	Котлеты рыбные с 3 лет (ТШ)	75	Булочка с шоколадной глазурью	80
Каша кукурузная на воде (детям с пищевой аллергией)	150	Растегай с горбушей	150	Каша рисовая на воде (детям с пищевой аллергией)	150	Макаронные изделия отварные	120	Каша гречневая рассыпчатая (детям с пищев.аллерг)	150
Соус молочный сладкий	30	Рыба отварная (детям с пищев.аллерг)	80	Соус молочный сладкий	30	Рыба отварная (детям с пищев.аллерг)	75	Изделие творожное	100

конфеты мармеладные	20	Рис припущенный (детям с пищевой аллергией)	150	Чай с сахаром	180	Чай с лимоном.	200	Чай с сахаром	180
Чай	180	Чай с сахаром.	200	Апельсины	60	Батон	30		
Яблоки	70								

11 день понедельник		12 день вторник		13 день среда		14 день четверг		15 день пятница	
Завтрак1									
Сладкий плов с изюмом, курагой с 3 лет	200	Каша пшеничная молочная	200	Каша кукурузная молочная	200	Каша "Геркулес" молочная с 3 лет	200	Каша пшеничная молочная	200
Чай с сахаром.	200	Каша пшеничная на воде (детям с пищевой аллергией)	150	Каша кукурузная на воде (детям с пищевой аллергией)	150	Каша "Геркулес" на воде(детям с пищевой аллергией)	150	Каша пшеничная на воде(детям с пищевой аллергией)	150
Печенье	20	Бутерброды с маслом с3 до 7 лет	45	Бутерброд с маслом и сыром с 3-7лет	60	Бутерброды с маслом с3	45	Бутерброды с маслом с3	45
		Кофейный напиток с молоком с 3 лет	180	Чай с сахаром	180	Какао с молоком с 3 лет	180	Чай с сахаром	180
		Чай (детям с пищ.аллерг)	200			Чай (детям с пищ.аллерг)	200		
Завтрак2									
Сок фруктовый	200	напиток из кураги	100	Напиток из свежемороженых ягод (облепиха)	100	напиток лимонный.	100	Напиток из свежемороженых ягод(клюква)	100
Обед									
Салат из морской капусты и моркови.	50	Салат из свеклы.	50	Салат из белокочанной капусты с 3 лет	50	Уха	200	Помидоры свежие дольками	50
Суп с зелёным горошком с курицей	200	Рассольник домашний	200	Суп гречишное зёрнышко на мясном бульоне	200	Элеш из индейки	150	Суп с клецками на мясном бульоне	200
Котлеты из филе индейки с сыром.	70	Гуляш из говядины с 3 лет	90	Котлеты из говядины с 3 лет	70	Компот из кураги	200	Голубцы с мясом и рисом с 3 лет	180
Макаронные изделия отварные.	130	Каша гречневая с маслом сливочным.	130	Пюре картофельное.	130	Хлеб Дарницкий	20	Хлеб Дарницкий	20
Соус сметанный с томатом	20	Компот из смородины	180	Соус сметанный с томатом	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	30
Хлеб Пшеничный	30	Хлеб Дарницкий	20	Компот из сушеных фруктов	180			Компот из сушеных фруктов	180
Хлеб Дарницкий	20	Хлеб пшеничный	30	Хлеб Дарницкий	20				
Компот из сушеных фруктов	180			Хлеб пшеничный	30				
Полдник									

3 недели

4 недели

Лапша домашняя на курином бульоне	200	Огурец свежий	50	Помидоры свежие	50	Салат из моркови с апельсином с растительным маслом	50	Суп из булгура на мясном бульоне	200
Птица отварная - с 3 лет	75	Борщ на мясном бульоне	200	Суп пюре гороховый на мясном бульоне	200	Суп летний на мясном бульоне	200	Мясные чесночные палочки с 3 лет	70
Овощи (тушеные)	150	Гуляш из говядины с 3 лет	90	Котлеты из говядины с 3 лет	70	Вак балиш от 3 лет	150	Капуста тушеная	150
Хлеб Дарницкий	20	Каша гречневая с маслом сливочным.	130	Макаронные изделия отварные.	130	Хлеб Дарницкий	20	Хлеб Дарницкий	20
Хлеб пшеничный	30	Хлеб Дарницкий	20	Каша кукурузная на воде (детям с пищевой аллергией)	120	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	30
Компот из сушеных фруктов	180	Хлеб пшеничный	30	Соус сметанный с томатом с овощами	30	Компот из смородины	180	Компот из сушеных фруктов	180
		Компот из яблок	180	Компот из сушеных фруктов	180				
				Хлеб Дарницкий	20				
				Хлеб пшеничный	30				
Полдник									
Молоко кипяченое с 3 лет	180	Кисель ягодный	200	Кефир	180	Сок фруктовый	200	Йогурт фруктовый питьевой	180
трубочки для молока с вкусовым наполнителем	1			Печенье	20			Сок фруктовый(детям с пищев.аллерг)	200
Сок фруктовый(детям с пищев.аллерг)	200			Сок фруктовый(детям с пищев.аллерг)	200			Яблоки зелёные (детям с пищев.аллерг)	120
Яблоки зелёные (детям с пищев.аллерг)	120			Яблоки зелёные (детям с пищев.аллерг)	120				
Ужин									
Королевская ватрушка из творога с 3 лет	150	Биточки рыбные с 3 лет (ТШ)	75	Запеканка рисовая с повидлом с 3 лет (ТШ)	165	Пудинг рыбный запеченный с 3 лет	80	Изделие творожное	100
Каша гречневая рассыпчатая (детям с пищев.аллерг)	150	Пюре картофельное.	130	Рис отварной (детям с пищевой аллергией)	200	Рыба отварная (детям с пищев.аллерг)	80	Каша кукурузная на воде (детям с пищевой аллергией)	150
Чай с мармеладом	200	Чай с лимоном.	200	Чай с сахаром.	200	каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	120	Блинчики с маслом.	100
Яблоки		Батон с 3 лет	40	Мандарин	100	Чай с лимоном.	200	Чай с сахаром.	200
						Батон с 3 лет	40		

Молоко кипяченое с 3 лет	180	Кисель ягодный	200	Кефир	180	Напиток из плодов шиповника.	200	Йогурт фруктовый питьевой	180
Сок фруктовый(детям с пищев.аллерг)	200			Сок фруктовый(детям с пищев.аллерг)	200			Яблоки зелёные (детям с пищев.аллерг)	120
Яблоки зелёные (детям с пищев.аллерг)	120			Яблоки зелёные (детям с пищев.аллерг)	120			Сок фруктовый(детям с пищев.аллерг)	200
				Вафли	30				
Ужин									
Вареники ленивые со сливочным соусом с 3 лет	180	Биточки рыбные с 3 лет (ТШ)	75	Омлет натуральный с 3 лет	120	Салат из моркови и яблок.	60	Запеканка из творога с 3 лет	150
Каша кукурузная на воде (детям с пищевой аллергией)	150	Рыба отварная (детям с пищев.аллерг)	75	Пюре гороховое(детям с пищ.аллерг.)	150	Тефтели мясо-крупяные, соус сметанный с томатом с овощами с 3 лет	100/60	Соус молочный сладкий	30
Чай	180	Рис отварной с овощами	150	Бутерброды с сыром 3-7 лет	55	Чай с сахаром.	200	Чай	180
конфеты мармеладные	20	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром.	200	Хлеб пшеничный	30	конфеты мармеладные	20
Мандарин	70	Хлеб пшеничный	30	Фрукты	80	Хлеб Дарницкий	20		

16 день понедельник		17 день вторник		18 день среда		19 день четверг		20 день пятница	
Завтрак1									
Каша Ассорти с маслом сливочным	180	Каша кукурузная молочная	200	Каша манная молочная	200	Каша пшеничная молочная	200	Суп молочный с макаронными изделиями	200
Чай с сахаром	180	Каша кукурузная на воде (детям с пищевой аллергией)	150	Каша гречневая рассыпчатая (детям с пищев.аллерг)	150	Каша кукурузная на воде (детям с пищевой аллергией)	150	Каша гречневая рассыпчатая (детям с пищев.аллерг)	150
Батон с 3 лет	40	Бутерброды с маслом и сыром с 3 лет	60	Бутерброды с маслом с3 до 7 лет	45	Бутерброды с маслом с3 до 7 лет	45	Бутерброды с маслом	45
		Кофейный напиток с молоком с 3 лет	180	Чай с сахаром	180	Какао с молоком с 3 лет	180	Чай с сахаром	180
		Чай (детям с пищ.аллерг)	200			Чай (детям с пищ.аллерг)	200		
Завтрак2									
Актимель	1	Напиток из плодов шиповника	100	Напиток из свежемороженой ягод(брусника.)	100	Напиток из свежемороженой ягод (облепиха)	100	Напиток из свежемороженой ягод(клюква)	100
Обед									