

Утверждаю
Заведующий МАДОУ № 36 «Теремок»
Л.В. Федорова
09.01.2023г.



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 36 «Теремок»

(МАДОУ № 36 «Теремок»)

Режим пребывания 12 часов

Возрастная категория:

Ясли 1,5 – 3 лет

Дошкольники 3 – 7 лет

В соответствии с режимом пребывания детей в детском саду питание пятиразовое, сбалансированное, максимальное разнообразие рациона, технологическая и кулинарная обработка продуктов и блюд, обеспечение санитарно - эпидемиологической безопасности питания - соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, поставляемым продуктам питания, их транспортировке, хранению, приготовлению и раздаче блюд. Рацион питания детей формируется для групп детей в возрасте от полутора до трех лет и от трех до семи лет, согласно десятидневному меню.

В питании детей используются: соль йодированная, хлеб Крестьянский, обогащенный витаминно-минеральным комплексом «Валитек-8». Проводится витаминизация третьего блюда витаминным препаратом «Аскорбиновая кислота».

В питании детей овощи урожая прошлого года в период после 1 марта используются только после термической обработки.

Контроль за качеством питания, витаминизацией блюд, закладкой продуктов питания, кулинарной обработкой, выходом блюд, вкусовыми качествами пищи, правильностью хранения и соблюдением сроков реализации продуктов питания, осуществляет сестра диетическая детского сада.

Наименование сборника рецептов: единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, детских оздоровительных учреждений/ под общей редакцией профессора А.Я. Перевалова – Уральский региональный центр питания ФГБОУ ВО «Пермский государственный медицинский университет им. Академика Е.А. Вагнера» Минздрава России, 2021г.

<u>завтрак:</u> Каша пшеничная Батон с маслом Какао с молоком	<u>завтрак:</u> Салат из свеж. моркови с сахаром Каша ячневая батон с маслом коф. напиток	<u>завтрак:</u> Каша рисовая батон с маслом какао	<u>завтрак:</u> каша « Ассорти» хлеб с маслом коф. напиток	<u>завтрак:</u> Лапша в молоке Батон с маслом какао
<u>Обед:</u> Салат из свежих овощей. Суп овощной Плов с говядиной Компот из сухофруктов	<u>Обед:</u> Свекольник со сметаной. Жаркое по домашнему с говядиной Компот из сухофруктов	<u>Обед:</u> Суп картоф. с клецками. Котлета куриная Капуста тушеная Компот из сухофруктов	<u>Обед:</u> Щи со сметаной с курой. Биточек рыбный Пюре картофельное Компот	<u>Обед:</u> Суп пюре Биточек мясной. Свекла тушеная Компот из сухофрукт
<u>Полдник:</u> Снежок Ватрушка со сметаной Фрукты свежие	<u>Полдник:</u> Молоко Пирожок с капустой. Фрукты свежие	<u>Полдник:</u> Молоко Расстегай с рыбой Фрукты свежие	<u>Полдник:</u> Молоко Батон с повидлом сок	<u>Ужин:</u> Салат овощной с зелёным горошком. Омлет натуральный Кисель сок
<u>Ужин:</u> Котлета морковная со сладким соусом. Чай с лимоном Бутерброд с сыром	<u>Ужин:</u> Запеканка творожная со сгущенным молоком Кисель	<u>Ужин:</u> С-т из свеклы отварной с маслом Лапша отварная с маслом и сыром Чай с сахаром	<u>Ужин:</u> Творожный пудинг со сгущенным молоком Чай с сахаром	

<u>понедельник</u>	<u>вторник</u>	<u>среда</u>	<u>четверг</u>	<u>пятница</u>
<u>завтрак:</u> Каша геркулесовая Батон с маслом Коф. Напиток	<u>завтрак:</u> Каша дружба Батон с маслом Какао	<u>завтрак:</u> Каша манная Батон с маслом Коф. напиток	<u>завтрак:</u> Салат из моркови свежей с яблоком. Каша пшеничная Батон с маслом Какао	<u>завтрак:</u> Каша гречневая Батон с маслом и сыром Коф. Напиток
<u>Обед:</u> Салат из свежих овощей. Борщ со сметаной Печень по- строгановски . Лапша отварная с маслом Компот из сухофруктов	<u>Обед:</u> Рассольник Капуста тушеная с мясом Компот из сухофруктов.	<u>Обед:</u> Салат из свеклы отварной с маслом Суп сборный овощной Курица в том. соусе Греча отварная Компот из сухофруктов	<u>Обед:</u> Суп гороховый Зап-ка картофельная с печенью , со сметанным соусом Кисель	<u>Обед:</u> Суп картофельный лапшой. Котлета мясная. Капуста тушеная Компот из сухофруктов
<u>Полдник:</u> Снежок Булочка домашняя Фрукты свежие	<u>Полдник:</u> Молоко Гребешок с повидлом Фрукты свежие	<u>Полдник:</u> Молоко Кондитерские изделия Фрукты свежие	<u>Полдник:</u> Молоко Булочка нежная сок	<u>Ужин:</u> Картофель в молоке гренками. Чай с сахаром. сок
<u>Ужин:</u> Зап-ка морковная со сладким соусом. Чай с лимоном. Бутерброд с сыром.	<u>Ужин:</u> Котлета рыбная Картофельное пюре Кисель	<u>Ужин:</u> Сырники творожные со сгущенным молоком. Чай с сахаром.	<u>Ужин:</u> Биточек рыбный Рис отварной с томатной подливой. Чай с сахаром.	