

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад Родничок»  
с. Ачхой-Мартан»  
Ачхой-Мартановского  
муниципального района

*Инициалы, фамилия*  
(Инициалы, фамилия)  
20.10.2022г

Перспективное 10-дневное меню с 24 октября по 4 ноября 2022г.  
1 неделя

	24 октября понедельник	25 октября вторник	26 октября среда	27 октября четверг	28 октября пятница
	Наименование блюд	Наименование блюд	Наименование блюд	Наименование блюд	Наименование блюд
Завтрак	Каша ман. вязк.200г65*С	Каша «Дружба»200г.65*С	Каша пшен.мол.200г.65*С	Каша рисов.мол. 200г.65*С	Каша кукуруз..200г.65*С
	Хлеб с маслом 30/5г.	Хлеб с маслом 30/5г.	Хлеб с маслом 30/5г.	Хлеб с маслом 30/5г.	Хлеб с маслом 30/5г.
	Чай с молоком 200 75*С	Какао с мол.200г.75*С	Чай с сахаром 180/15г.75*С	Какао с молоком 200г.75*С	Какао с мол.200г.-75*С
	Яблоко-50г.	Конфеты-20г.	Вафли-30г.	Конфеты-20г.	Конфеты-20г.
Обед	Салат морковный- 60г.	Салат овощной- 60г.	Салат капустный- 60г.	Салат из разн.овощей- 60г.	Салат свекольный-60г.
	Борщ на м/б -200г.75*С со сметаной	Суп фасолев.с картошкой на к/б 200г.-75*С	Дом.лапша на м/б 200г.- 75*С	Суп горох.на м/б 200г.-75*С	Суп рисов. на к/б 200г.- 75*С
	Макароны отварные с творог/сметан..200г.65*С	Рисов.плов с мясом.200г.65*С	Гречка с м/подл. 200г.-65*С	Макароны с тв/сметан. 200г.-65*С	Гречка с котлетками.- 200г.-65*С
	Хлеб 50г.	Хлеб 50г.	Хлеб 50г.	Хлеб 50г.	Хлеб 50г.
	Чай с сахар. 180/15 75*	Кисель 200г.-14*С	Сок ябл. 200г.	Кисель 200г.-14*С	Чай с сахаром 180/15 75*
Уплотненный полдник	Суп рисов.мол.200г.75*С	Суп гречн. мол.200г 75*	Суп рисов. мол.200г.-75*С	Суп пшенн. мол.-200г.-75*С	Суп вермиш.мол.-200г- 75*
	Хлеб с повидлом 30/7г.	Хлеб с повидлом 30/7г.	Хлеб с повидлом 30/7г.	Хлеб с повидлом 30/7г.	Хлеб с повидлом 30/7г.
	Какао с мол.200г.75*С	Чай с сахаром 180/15г.-75*	Какао с мол.200г.-75*С	Чай с сахаром 180/15г-75*С	Чай с мол.200г.-75*С
	Печенье-30г.	Булочка сдоба-80г.	Печенье-30г.	Булочка сдоба-80г.	Вафли-30г.

2 вторая неделя

	31 октября понедельник	1 ноября вторник	2 ноября среда	3 ноября четверг	4 ноября пятница
	Наименование блюд	Наименование блюд	Наименование блюд	Наименование блюд	Наименование блюд
Завтрак	Каша ман вязк.200г65*С	Каша «Дружба»-200г.65*С	Каша пшенн.мол.200г.-65*С	Каша рисов..мол.200г.-65*С	Каша кукурузз.200г.65*С
	Хлеб с маслом 30/5г.	Хлеб с маслом 30/5г.	Хлеб с маслом 30/5г.	Хлеб с повидлом 30/7г.	Хлеб с маслом 30/5г.
	Какао с мол.200г.75*	Какао с мол.200г.75*С	Чай с молоком 200г.-75*С	Какао с мол.200г.75*С	Чай с молоком200г-75*С
	Яблоко- 50г.	Конфеты- 20г.	Вафли- 30г.	Печенье- 30г.	Яблоко- 50г.
Обед	Салат капустный- 60г.	Салат морковный-60г.	Салат из разн.овощей-60г.	Салат овощной-60г.	Салат свекольный-60г.
	Борщ на м/б со смет. 200г.-75*С	Суп фасолев,с карт.на м/б 200г.-75*С	Дом.лапшас карт.на к/б- 200г.-75*С	Суп горох. с картошкой на к/б-200г.-75*С	Суп перлов. на м/ б- 200г.-75*С
	Макароны с тв/сметан.200г.-65*С	Рисов.плов с мясом 200г. 65*С	Гречка с м/подл.-200г.-65*С	Макароны с творогом и смет 200г.-65*С	Гречка с подл.и котлетками-200г.-65*С
	Хлеб-50г.	Хлеб-50г.	Хлеб -50г.	Хлеб-50г.	Хлеб -50г.
	Чай с сахаром180/15г75*	Сок ябл.-200г.	Чай с сахар.180/15г.75*	Кисель 200г.14*	Чай с сахар.180/15г 75*
Уплотненный полдник	Суп рисов. мол.-200г.- 75*С	Суп гречн. мол-200г.-75*С.	Суп вермиш..мол.-200г.-75*с	Суп пшенн.мол.200г.-75*С	Суп рисов. мол.200г.-75*
	Хлеб с повидлом-30/7г.	Хлеб с повидлом-30/7г.	Хлеб с повидлом-30/7г.	Хлеб с маслом-30/5г.	Хлеб с повидлом-30/7г.
	Чай с молоком 200.- 75*	Чай с сахар.-180/15г.-75*С	Какао с мол.200г.-75*С	Чай с молоком-200г-75*С	Какао с мол.-200г.-75*С
	Печенье-30г.	Булочка сладкая-80г.	Печенье-30г.	Булочка сладкая-80г.	Вафли-30г.

Примечание