Джунаидова Санет Сираждиевна
Подписан цифровой подписью: Джунаидова Санет Сираждиевна
DN: OU=Заведующий, O="ГБДОУ ""Детский сад № 5 ""Хадижа""", CN=Джунаидова Санет Сираждиевна, E=udo-051@mail.ru
Основание: Я являюсь автором этого документа
Расположение:
Дата: 2026.10.26 11:37:21+03'00'
Foxit PDF Reader Версия: 2024.2.1

УТВЕРЖДАЮ
И. о. Заведующего ГБДОУ
«Детский сад № 5 «Хадижа»
Х.Ш. Макшарипова
«28» августа 2026 г

Перспективное десятидневное меню

Дни	Завтрак	№ Т/к	Обед	№ Т/к	Уплотненный полдник	№ Т/к
1-день	1. Каша кукурузная вязкая 180	189	1. Салат из свеклы с чесноком 50	33	1.Суп молочный с вермишелью 250	112
	2.Чай с сахаром 185/15	430	2. Щи со сметаной 180	83	2. Сырники со сметаной 60/5	231
	3. Бутерброд с маслом 35/5	1	3. Плов с курицей 150	304	3. Чай с сахаром и лимоном 185/15/7	431
	2 Завтрак		4. Хлеб 45		4. Хлеб 50	
	1. Печенье 20		5. Компот из свежих плодов 200			
	2. Сок 100	442				
2-день	1.Каша «Дружба» 180	190	1. Салат морковный с зеленым горошком 50	41	1.Суп молочный гречневый 250	94
	2.Какао с молоком 180	397	2. Суп картофельный на м/б 180	77	2.Чай с сахаром 185/15	430
	3. Бутерброд с джемом 35/5	2	3. Макароны отварные 130	317	3. Йогурт 200	
	2 Завтрак		4. Рыба тушеная 70	242	4. Хлеб 50	
	1. Вафли 20		5. Хлеб 45			
	2. Чай с сахаром 100/10	430	6. Компот 180	376		
3-день	1.Каша пшенная вязкая 180	184	1. Салат из свежих овощей 50		1.Суп молочный рисовый 250	90
	2.Чай с сахаром 185/15	430	2. Борщ со сметаной на м/б 180	57	2.Булочка домашняя 60	469
	3. Бутерброд с маслом 35/5	1	3. Пюре картофельное 130	321	3. Компот 200	376
	2 Завтрак		4. Куриное мясо с подливой 70	302	4. Хлеб 45	
	1. Печенье 20		5. Хлеб 40			
	2. Сок 100	442	6. Чай с сахаром 185/15	430		
4-день	1.Каша манная 180	416	1.Салат из свежей капусты 60		1.Вареники ленивые с творогом 200/30	
	2.Какао с молоком 180	397	2.Суп из фасоли на м/б 180	104	2.Чай с сахаром и лимоном 185/15/7	431
	3. Бутерброд с сыром 35/5	1	3.Плов с мясом 150	265	3. Банан 200	
	2 Завтрак		4. Хлеб 40			
	1. Вафли 20		5. Компот 180	376		
	2. Чай с сахаром 100/10	430				
5-день	1.Каша пшеничная жидкая 180	189	1. Салат из свежих овощей 50		1.Суп молочный с вермишелью 200	112
	2.Чай с сахаром 185/15	430	2. Рассольник перловой на к/б 180	73	2. Оладьи со сметаной 60	449
	3.Бутерброд с маслом 38/5	1	3. Гречка рассыпчатая 130	181	3. Компот 200	376
	2 Завтрак		4. Куриное филе с подливой 60	308	4 Хлеб 50	
	1. Печенье 20		5. Хлеб 45			

6-день	**1.**Каша «Дружба» 180	190	**1.**Салат из свеклы с чесноком 50	33	**1.** Суп молочный гречневый 200	90
	2. Какао с молоком 180	397	**2.** Щи со сметаной на м/б 180	67	**2.** Пирожки печеные 60	454
	3. Бутерброд с джемом 35/5	2	**3.** Котлеты мясные 70	305	**3.** Чай с сахаром и лимоном 185/15/7	431
	2 Завтрак		**4.** Макароны отварные 130	317	**4.** Хлеб 50	
	1. Вафли 20		**5.** Хлеб 45			
	2. Чай с сахаром 100/10	430	**6.** Компот 180	376		
7-день	**1.**Каша пшеничная жидкая 180	189	**1.**Венегрет 50	45	**1.** Суп молочный рисовый 200	90
	2. Чай с сахаром 185/15	430	**2.**Суп вермишелевый на к/б 200	101	**2.** Булочка домашняя 60	469
	3. Бутерброд с маслом 35/5	1	**3.**Пюре картофельное 130	321	**3.**Компот 200	376
	2 Завтрак		**4.**Куриное мясо с подливой 70	302	**4.** Хлеб 45	
	1. Печенье 20		**5.** Хлеб 45			
	2. Сок 100	442	**6.** Чай с сахаром 185/15	430		
8-день	**1.**Каша гречневая вязкая 180	184	**1.**Салат из моркови с зеленым горошком 50	41	**1.** Вареники ленивые с творогом 200/30	
	2.Какао с молоком 180	397	**2.** Рассольник перловой на м/б 200	91	**2.**Чай с сахаром и лимоном 185/15/7	431
	3.Буткрброд с сыром 35/5	1	**3.** Плов с мясом 150	265	**3.** Яблоки 100	423
	2 Завтрак		**4.** Хлеб 45			
	1. Вафли 20		**5.** Компот 180	376		
	2. Чай с сахаром 100/10	430				
9-день	**1.** Каша кукурузная вязкая 180	189	**1.**Салат из свежих овощей 60	23	**1.** Блинчики с джемом 70/10	447
	2.Чай с сахаром 188/15	430	**2.** Суп гороховый на к/б 180	99	**2.**Яйца отварные 40	213
	3.Бутерброд с маслом 35/5	1	**3.** Макароны отварные 130	317	**3.** Компот 180	376
	2 Завтрак		**4.** Птица тушенная 70	301	**4.** Хлеб 50	
	1. Печенье 20		**5.** Хлеб 45			
	2. Сок 100	442	**6.** Чай с сахаром 185/15	430		
10-день	**1.** Каша манная 180	416	**1.**Салат из моркови с зеленым горошком 50	41	**1.**Суп молочный рисовый 250	90
	2.Какао с молоком 180	397	**2.** Борщ со сметаной 180	56	**2.**Чай с сахаром 185/15	430
	3.Бутерброд с джемом 35/5	2	**3.** Тефтели мясные с подливой 70	287	**3.** Хлеб 50	
	2 Завтрак		**4.** Гречка рассыпчатая 130	181	**4.** Йогурт 250	
	1. Вафли 20		**5.** Хлеб 45			
	2. Чай с сахаром 100/10	430	**6.** Компот 180	376		