

Распределение плодов и ягод по дням цикличного меню

Распределение плодов и ягод по дням циклического меню в дошкольных общеобразовательных учреждениях

Наименование плода	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Яблоко*				x			x			x				x			x			x
Груша*			x			x			x				x			x			x	
Апельсин*		x										x								
Банан*	x				x			x			x				x			x		

*Возможна замена на фрукт в ассортименте. Не допускается использовать один и тот же продукт два раза подряд.

Замены блюд при организации питания в дошкольных общеобразовательных учреждениях

День	Прием пищи (4-х разовое питание)	Прием пищи (6-ти разовое питание)	Заменяемое блюдо	Варианты замены
			Наименование	Наименование
2	Обед	Обед	Рагу из овощей	Рис отварной
2		Полдник	Булочка Любимая	Выпечка в ассортименте или кондитерское изделие
	Полдник		Булочка Домашняя	
3	Полдник	Ужин	Свекла тушеная	Пюре картофельное
4	Обед	Обед	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	Салат Мозайка
4		Ужин	Птица отварная	Гуляш из мяса птицы
5	Обед	Обед	Икра из уваренных кабачков	Салат из свеклы с растительным маслом или Консервы овощные “ Дары лета”
5	Обед	Обед	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	Котлеты рубленые из фарша рыбного Картофель отварной
5	Полдник	Ужин	Вареники ленивые отварные	Макароны, запеченные с сыром
5		Полдник	Оладьи	Выпечка в ассортименте или кондитерское изделие
6	Обед	Обед	Суп с клецками	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А
8	Обед	Обед	Суп-пюре из гороха	Суп картофельный с бобовыми (горох)
8	Обед	Обед	Рагу из овощей	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом
8	Полдник	Полдник	Вареники ленивые отварные	Запеканка из творога
9	Обед	Обед	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	Котлеты рубленые из фарша рыбного Картофель отварной
9		Ужин	Свекла тушеная	Каша гречневая рассыпчатая
9	Полдник		Оладьи	Каша гречневая молочная
10	Обед	Обед	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата	Салат картофельный с растительным маслом
11	Обед	Обед	Уха ростовская	Суп с клецками
11	Полдник	Ужин	Голубцы ленивые	Тефтели мясные с соусом собственного производства Рис отварной
11		Полдник	Булочка Домашняя	Выпечка в ассортименте или кондитерское изделия
11	Полдник		Булочка Городская	

12	Полдник		Сырники по-киевски	Сырники
		Ужин	Капуста, тушенная с мясом	Плов мясной
13		Полдник	Сырники по-киевски	Сырники
14	Обед	Обед	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	Салат овощной с фасолью
14	Обед	Обед	Суп с клецками на мясном бульоне	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А
14		Полдник	Вареники ленивые отварные	Запеканка из творога
14		Ужин	Птица отварная	Гуляш из мяса птицы
15	Обед	Обед	Свекла тушенная	Пюре картофельное
16	Обед	Обед	Рыба (филе) запеченная	Тефтели рыбные
16		Полдник	Оладьи	Выпечка в ассортименте или кондитерское изделия
17	Полдник	Ужин	Рагу из овощей	Пюре картофельное
18	Обед	Обед	Суфле из отварной птицы (цыплята) Свекла тушенная	Плов куриный
19	Обед	Обед	Салат из помидоров свежих и яблок	Салат из помидоров и огурцов свежих с растительным маслом
19	Обед	Обед	Рыба (филе) припущенная	Котлеты рубленые из фарша рыбного
20	Обед	Обед	Икра из уваренных кабачков	Салат из свеклы с солеными огурцами или Консервы овощные “ Дары лета”
20	Обед	Обед	Суфле из печени Пюре картофельное	Запеканка картофельная с печенью
20	Полдник		Оладьи	Каша гречневая молочная

Сезонные замены салатов из сырых овощей урожая прошлого года в период после 1 марта.

День	Прием пищи	Заменяемый салат	Сезонный салат
3	Обед	Салат из моркови с растительным маслом	Салат из отварной моркови с сыром
6	Обед	Салат из капусты с растительным маслом	Салат Осенний
8	Обед	Салат из моркови с растительным маслом	Салат из отварной моркови с сыром
9	Обед	Салат из капусты с растительным маслом	Салат из свежих огурцов с растительным маслом
16	Обед	Салат из моркови с растительным маслом	Салат из отварной моркови с сыром