

**СОГЛАСОВАНО**

Главный государственный  
санитарный врач г.Ровеньки  
главный врач ГС"Ровеньковская  
городская СЭС" МЗ ЛНР

*В.В.Уперев*  
17.08. 2018

**УТВЕРЖДЕНО**

начальник Управления образования  
Администрации города Ровеньки

*Т.В.Коваленко*  
17.08. 2018

**ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
ПЕРИОД 2018 - 2019 гг ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ г.РОВЕНЬКИ**

Сборник №1 - Современная картотека блюд

Сборник №2 - Организация питания детей в дошкольных учебных учреждениях, 2010г, ( Н.В.Омельченко, Н.М.Курочка)

Сборник №3 - Организация питания детей в дошкольных учебных учреждениях", методическое пособие, 2014г.  
(Н.В.Омельченко, Ю.В.Баранова, Л.Л.Рябчук.)

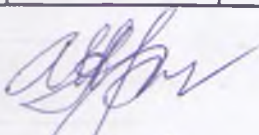

Сборник №4 - Питание детей (М.И.Снигур, З.Т.Корешкова)

Сборник №5 "Сбалансированное питание, журнал "Расскажите внуку"

Наименование	Выход, гр	Используемые сборники ( № сборника, стр)
<b>1-й день</b>		
Макароны отварные	100/5	№3-стр 505,
Котлета куриная (грудка)	60	№3 -стр492
Хлеб с маслом	40/10	
Чай с сахаром	150	№3 -стр512
<b>2-й день</b>		
Картофельное пюре	125/3	№1 -стр 104
Рыба тушеная с овощами	45/30	№ 2 стр 120
Хлеб	40	
Компот из сухофруктов	150	№3 - стр 516
<b>3-й день</b>		
Плов из мяса кур (бедро)	120	№2-стр 115, №4 -стр 493
Икра кабачковая	25	№4-стр 206
Хлеб с маслом	40	
Кофейный напиток на сгущ.молоке	150	№3 -стр514
<b>4-й день</b>		
Каша гречневая	125	№1 -стр 48, №4-стр 254-255,
Сардель отварная	40	№2 -стр 113
Икра свекольная	50	№4-стр 206, №5 -стр66
Хлеб	40	
Компот из сухофруктов	150	№3 - стр 516
<b>5-й день</b>		
Макароны отварные	100/5	№3-стр 505,
тютфеля куриная с рисом	60	№4-стр 223
Икра кабачковая	25	№4-стр 206
Хлеб с маслом	40/10	
Чай с сахаром	150	№3 -стр512
<b>6-й день</b>		
Жаркое по домашнему	140	№4 -стр 229
Хлеб с маслом	40/10	
Какао со сгущ. молоком	150	№3 -стр514
<b>7-й день</b>		

каша рисовая	80	№1 -стр 48, №4-стр 254-255,
Котлета рыбная	60	№2 -стр121, №3-стр 478
Капуста тушенная	100	№1 -стр 36
Хлеб	40	
Компот из сухофруктов	150	№3 - стр 516
<b>8-й день</b>		
Каша молочная манная	150	№1- стр 49
Хлеб	40	
Оладьи со сгущенным молоком	70/15	№2 -стр 125, №4 -стр 270
Чай с сахаром	150	№3 -стр512
<b>9-й день</b>		
Каша ячневая	100	№1 -стр 48, №4-стр 254-255,
Оладьи печеночные	70	№3 -стр 491, №4 -стр233
Огурец	25	
Хлеб	40	
кисель из сухофруктов	150	№3 - стр 518
<b>10-й день</b>		
Картофельное пюре	125/3	№1 -стр 104
Ленивые голубцы с куриным мясом	80	№3-стр 493,
Хлеб	40	
Компот из сухофруктов	150	№3 - стр 516

Выполнил:

И.Н. Артемова

Сверено с горСЭС  
фельдшер санитарный :

Т.И. Томашевская