

Утверждено  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад «Солнышко»  
 Г.Н. Атанова  
 Приказ № 55 от 29.02.2024г.



**Примерное меню приготавливаемых блюд  
 для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет  
 /весенний период 2024г./**

День 1	День 2	День 3	День 4	День 5	День 6	День 7	День 8	День 9	День 10
<b>Завтрак</b>									
Каша вязкая гречневая 210	Каша геркулесовая жидкая 210	Каша жидкая манная 210	Запеканка творожная 200	Каша жидкая пшеничная 210	Каша жидкая манная 210	Каша рисовая жидкая 210	Каша вязкая гречневая 210	Запеканка творожная 200	Каша жидкая пшеничная 210
Какао с молоком 180	Чай с молоком 180	Кофейный напиток с молоком 180	Соус молочный сладкий 20	Кофейный напиток с молоком 180	Кофейный напиток с молоком 180	Чай с молоком 180	Какао с молоком 180	Молоко сгущенное 20	Чай с молоком 180
Хлеб пшеничный 30	Бутерброд с маслом 40	Вафли 20	Какао с молоком 180	Хлеб пшеничный 30	Бутерброд с маслом и сыром 60	Бутерброд с маслом 40	Бутерброд с маслом 40	Кофейный напиток с молоком 180	Хлеб пшеничный 30
Сыр /порциями/ 15			Бутерброд с маслом 40	Сыр /порциями/ 15				Бутерброд с маслом 40	Сыр /порциями/ 15
<b>Завтрак 2</b>									
Сок 200	Сок 200	Яблоко 100	Яблоко 100	Сок 200	Яблоко 100	Сок 200	Яблоко 100	Яблоко 100	Банан 150 (или яблоко 100)
<b>Обед</b>									
	Винегрет 50	Салат из горошка зеленого консервированного 50		Салат картофельный с зеленым горошком 50		Винегрет 50	Салат из свеклы с соленым огурцом 50	Салат из кукурузы 50	Салат из свеклы с зеленым горошком 50
Суп картофельный с бобовыми 200	Суп с рыбными консервами 200	Рассольник ленинградский 200	Суп молочный с макаронными изделиями 200	Борщ с мясом 200	Суп молочный с крупой (греч) 200	Суп картофельный с макаронными изделиями 200	Суп из овощей 200	Суп крестьянский 200	Щи из свежей капусты с картофелем 200
Птица в соусе с томатом 100	Капуста тушеная 150	Пюре картофельное 150	Мясо тушеное с овощами в соусе 220	Запеканка из печени с рисом 180	Рагу из птицы 200	Капуста тушеная 150	Шницель рыбный натуральный 80	Котлета из птицы припущенная 60	Мясо тушеное 100
Каша рисовая рассыпчатая 150	Биточки рубленные 80	Рыба припущенная 80				Котлета рубленая из мяса 80	Пюре картофельное 150	Каша гречневая рассыпч. 150	Макаронные изделия отварные 150
Чай с сахаром	Компот из	Компот из	Чай с	Компот из	Кисель из	Компот из сущ.	Компот из	Чай с	Компот из

180	суш. фруктов 200	замороженных ягод (плодов) 200	лимоном 180/7	замороженных ягод (плодов) 200	сока натурального 200	фруктов 200	замороженных ягод (плодов) 200	лимоном 180/7	замороженных ягод (плодов) 200
Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 40
Полдник									
Салат из свеклы отварной 50 Яйцо вареное 20	Макаронные изделия отварные 150	Омлет с рисом 85	Салат из картофеля с огурцами солеными 50	Пельмени мясные отварные 180	Салат из свеклы 50	Яйцо вареное 40	Банан 150	Салат из картофеля с огурцами солеными 50	Яйцо вареное 40
Хлеб ржаной 10	-	-	Хлеб ржаной 10		Хлеб ржаной 10	Хлеб ржаной 10		Хлеб ржаной 10	Хлеб ржаной 10
Кисель из сока натурального 200	Молоко кипяченое 180	Кефир (или биопродукт) 180	Кисель из концентрата плодового или ягодного 200	Молоко кипяченое 180	Чай с сахаром 180	Молоко кипяченое 180	Кефир или биопродукт) 180	Кисель из концентрата плодового или ягодного 200	Молоко кипяченое 180
Хлеб пшеничный 30	Пряник 50	Сдоба 50	Витушка 40	Бутерброд с джемом или повидлом 50	Витушка 40	Пряник 50	Плюшка московская 50	Печенье 40	Бутерброд с джемом или повидлом 50

**для организации питания детей в возрасте от 1,5 до 3 лет  
/весенний период 2024г./**

День 1	День 2	День 3	День 4	День 5	День 6	День 7	День 8	День 9	День 10
<b>Завтрак</b>									
Каша вязкая гречневая 160	Каша геркулесовая жидкая 160	Каша жидкая манная 160	Запеканка творожная 150	Каша жидкая пшеничная 160	Каша жидкая манная 160	Каша рисовая жидкая 160	Каша вязкая гречневая 160	Запеканка творожная 150	Каша жидкая пшеничная 160
Какао с молоком 150	Чай с молоком 150	Кофейный напиток с молоком 150	Соус молочный сладкий 20	Кофейный напиток с молоком 150	Кофейный напиток с молоком 150	Чай с молоком 150	Какао с молоком 150	Молоко сгущенное 10	Чай с молоком 150
Хлеб пшеничный 20	Бутерброд с маслом 30	Вафли 20	Какао с молоком 150	Хлеб пшеничный 20	Бутерброд с маслом и сыром 45	Бутерброд с маслом 30	Бутерброд с маслом 30	Кофейный напиток с молоком 150	Хлеб пшеничный 20
Сыр /порциями/ 10			Бутерброд с маслом 30	Сыр /порциями/ 10				Бутерброд с маслом 30	Сыр /порциями/ 10
<b>Завтрак 2</b>									
Сок 100	Сок 100	Яблоко 100	Яблоко 100	Сок 100	Яблоко 100	Сок 100	Яблоко 100	Яблоко 100	Банан (или яблоко) 100
<b>Обед</b>									
	Винегрет 40	Салат из горошка		Салат		Винегрет 40	Салат из	Салат из	Салат из свек-

		зеленого консервированного 40		картофельный с зеленым горошком 40			свеклы с соленым огурцом 40	кукурузы 40	ты с зеленым горошком 40
Суп картофельный с бобовыми 150	Суп с рыбными консервами 150	Рассольник ленинградский 150	Суп молочный с макаронными изделиями 150	Борщ с мясом 150	Суп молочный с крупой (греч) 150	Суп картофельный с макаронными изделиями 150	Суп из овощей 150	Суп крестьянский 150	Щи из свежей капусты с картофелем 150
Птица в соусе с томатом 70	Капуста тушеная 120	Пюре картофельное 120	Мясо тушеное с овощами в соусе 170	Запеканка из печени с рисом 150	Рагу из птицы 170	Капуста тушеная 120	Шницель рыбный натуральный 60	Котлета из птицы припущенная 60	Мясо тушеное 70
Каша рисовая рассыпчатая 120	Биточки рубленные 60	Рыба припущенная 60				Котлета рубленая из мяса 60			
Чай с сахаром 150	Компот из суш. фруктов 150	Компот из замороженных ягод (плодов) 150	Чай с лимоном 150/3	Компот из замороженных ягод (плодов) 150	Кисель из сока натурального 150	Компот из суш. фруктов 150	Компот из замороженных ягод (плодов) 150	Чай с лимоном 150/3	Компот из замороженных ягод (плодов) 150
Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30
Подник									
Салат из свеклы отварной 40 Яйцо вареное 20	Макаронные изделия отварные 120	Омлет с рисом 65	Салат из картофеля с огурцами солеными 40	Пельмени мясные отварные 150	Салат из свеклы 40	Яйцо вареное 40	Банан 100	Салат из картофеля с огурцами солеными 40	Яйцо вареное 40
Хлеб ржаной 10	-	-	Хлеб ржаной 10	Хлеб ржаной 10	Хлеб ржаной 10	Хлеб ржаной 10		Хлеб ржаной 10	Хлеб ржаной 10
Кисель из сока натурального 150	Молоко кипяченое 150	Кефир (или биопродукт) 150	Кисель из концентрата плодового или ягодного 150	Молоко кипяченое 150	Чай с сахаром 150	Молоко кипяченое 150	Кефир (или биопродукт) 150	Кисель из концентрата плодового или ягодного 150	Молоко кипяченое 150
Хлеб пшеничный 20	Пряник 25	Сдоба 25	Витушка 25	Печенье 25	Витушка 25	Пряник 25	Плюшка московская 25	Печенье 25	Печенье 25