

Утверждаю
И.о.заведующего МБДОУ «Детский сад «Солнышко»
Л. Башнина
Приказ № 1/с от 30.05.2025г.



**Примерное меню приготавливаемых блюд
для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет
/летний период 2025г./**

День 1	День 2	День 3	День 4	День 5	День 6	День 7	День 8	День 9	День 10
Завтрак									
Каша жидкая геркулесовая 210	Каша вязкая гречневая 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 30	Кофейный напиток с молоком 180	Кофейный напиток с молоком 180	Чай с молоком 180	Какао с молоком 180	Соус молочный сладкий 30	Чай с молоком 180
Хлеб пшеничный 30	Бутерброд с маслом 40	Бутерброд с маслом 40	Какао с молоком 180	Хлеб пшеничный 30	Бутерброд с маслом 40	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
Завтрак 2									
Сок 150	Сок 150	Яблоко 150	Сок 150	Яблоко 150	Сок 150	Сок 150	Яблоко 150	Сок 150	Яблоко 150
Обед									
	Салат из свежих огурцов 50	Помидор свежий порционный 50		Огурец свежий порционный 50		Салат из свежих огурцов 50	Помидор свежий порционный 50	Салат из кукурузы 50	Огурец свежий порционный 50
Суп картофельный с бобовыми 200	Суп картофельный с крупой 200	Суп картофельный с рыбой 200	Суп молочный с макаронными изделиями 200	Борщ с картофелем 200	Суп молочный с крупой (греч) 200	Суп из овощей 200	Суп картофельный с макаронными изделиями 200	Суп крестьянский 200	Щи из свежей капусты с картофелем 200
Птица в соусе с томатом 100	Пюре картофельное 150	Капуста тушеная 150	Мясо тушеное с овощами в соусе 220	Запеканка из печени с рисом 180	Рагу из птицы 200	Пюре картофельное 150	Капуста тушеная 150	Капуста гречневая рассыпч. 150	Мясо тушеное 100
Каша рисовая рассыпчатая 150	Котлеты рыбные 70	Биточки рубленые 80				Шницель рыбный натуральный 80	Котлета рубленая из мяса 80	Котлета из птицы припущенная 150	Макаронные изделия отварные 150
Чай с сахаром 180	Компот из ягод замороженных	Компот из суш. фруктов 200	Чай с лимоном 180/7	Компот из ягод замороженных	Кисель из сока натурального 200	Компот из суш. фруктов 200	Компот из ягод замороженных	Чай с лимоном 180/7	Компот из суш. фруктов 200

	200			200			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
Подник									
Салат из свеклы 50	Макаронные изделия отварные 150	Омлет с рисом 85	Яблоко 100	Каша гречневая рассыпчатая	Салат из картофеля с зеленым горошком 50	Банан 100	Яйцо вареное 40	Яблоко 100	Яйцо вареное 40
Хлеб ржаной 10	-	-			Хлеб ржаной 10	-	Хлеб ржаной 10		Хлеб ржаной 10
Кисель из сока натурального 200	Молоко кипяченое 180	Кефир 180	Кисель из концентрата плодового или ягодного 200	Молоко кипяченое 180	Чай с сахаром 180	Молоко кипяченое 180	Кефир 180	Кисель из концентрата плодового или ягодного 200	Молоко кипяченое 180
Хлеб пшеничный 30	Бутерброд с повидлом 50	Плюшка московская 50	Витушка 40	Бутерброд с повидлом 50	Хлеб пшеничный 30 Сыр /порциями/ 15	Пряник 40	Плюшка московская 50	Печенье 40	Бутерброд с повидлом 50

**для организации питания детей в возрасте от 1,5 до 3 лет
/летний период 2025г./**

День 1	День 2	День 3	День 4	День 5	День 6	День 7	День 8	День 9	День 10
Завтрак									
Каша жидкая геркулесовая 160	Каша вязкая гречневая 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	Соус молочный сладкий 20	Чай с молоком 150
Хлеб пшеничный 20	Бутерброд с маслом 30	Бутерброд с маслом 30	Какао с молоком 150	Хлеб пшеничный 20	Бутерброд с маслом и 30	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
Завтрак 2									
Сок 150	Сок 150	Яблоко 100	Сок 150	Яблоко 100	Сок 150	Сок 150	Яблоко 100	Сок 150	Яблоко 100
Обед									
	Салат из свежих огурцов 40	Помидор свежий порционный 40		Огурец свежий порционный 40		Салат из свежих огурцов 40	Помидор свежий порционный 40	Салат из кукурузы 40	Салат из свежих помидоров и огурцов 40

Суп картофельный с бобовыми 150	Суп картофельный с крупой 150	Суп картофельный с рыбой 150	Суп молочный с макаронными изделиями 150	Борщ с картофелем 150	Суп молочный с крупой (греч) 150	Суп из овощей 200	Суп картофельный с макаронными изделиями 150	Суп крестьянский 150	Щи из свежей капусты с картофелем 150
Птица в соусе с томатом 70	Пюре картофельное 120	Капуста тушеная 120	Мясо тушеное с овощами в соусе 170	Запеканка из печени с рисом 150	Рагу из птицы 170	Пюре картофельное 120	Капуста тушеная 120	Каша гречневая рассыпч. 120	Мясо тушеное 70
Каша рисовая рассыпчатая 120	Котлеты рыбные 70	Биточки рубленные 60				Шницель рыбный натуральный 60	Котлета рубленая из мяса 60	Котлета из птицы припущенная 60	Макаронные изделия отварные 120
Чай с сахаром 150	Компот из ягод замороженных 150	Компот из суш. фруктов 150	Чай с лимоном 150/3	Компот из ягод замороженных 150	Кисель из сока натурального 150	Компот из ягод замороженных 150	Компот из суш. фруктов 150	Чай с лимоном 150/3	Компот из суш. фруктов 150
Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30
Подник									
Салат из свеклы 40	Макаронные изделия отварные 120	Омлет с рисом 65	Яблоко 100	Каша гречневая рассыпчатая 120	Салат из свеклы 40	Банан 100	Яйцо вареное 20	Яблоко 100	Яйцо вареное 20
Хлеб ржаной 10	-	-			Хлеб ржаной 10	-	Хлеб ржаной 10		Хлеб ржаной 10
Кисель из сока натурального 150	Молоко кипяченое 150	Кефир 150	Кисель из концентрата плодового или ягодного 150	Молоко кипяченое 150	Чай с сахаром 150	Молоко кипяченое 150	Кефир 150	Кисель из концентрата плодового или ягодного 150	Молоко кипяченое 150
Хлеб пшеничный 20	Пряник 20	Плюшка московская 30	Витушка 30	Печенье 25	Хлеб пшеничный 20 Сыр /порциями/ 10	Пряник 20	Плюшка московская 30	Печенье 20	Пряник 20