

СОГЛАСОВАНО

Начальник отдела образования администрации
Изобильненского муниципального округа
Ставропольского края



Г.В. Мартиросян

« » декабря 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №41»
ИГОСК



Л.С. Мишустина

» декабря 2023 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

декабрь 2023 – февраль 2024 года

для питания детей в возрасте от 1,5 до 7 лет,

посещающих ДОУ Изобильненского муниципального округа
Ставропольского края с 10-ти часовым режимом функционирования

Разработано на основании "Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях"

Издательство "ДеЛи принт" г. Москва 2012 г. под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутьельяна

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 от 27.10.2020 № 32

П. Солнечнодольск

2023 г.

МЕНЮ

3-7 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 180	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 180	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ 180
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ 35	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ 30	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ 30	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ 35	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ 30	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180
ЧАЙ С САХАРОМ 180					ЧАЙ С САХАРОМ 180				
II Завтрак									
СОК 100	СОК 100	СОК 100	СОК 100	СОК 100	СОК 100	СОК 100	СОК 100	СОК 100	СОК 100
Обед									
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 200	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ 200	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ 200	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 200	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 200
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ 80	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 80	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 200	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) 80	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 200	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ 70	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 80	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 200	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 200	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 80
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 30	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 30	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 130	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 30	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ №357 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ №357 30	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ №357 30
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 180	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 180		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 40
	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 180				КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 180			КОМПОТ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 180
Полдник									
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ 70	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАРТОШКОЙ 80	ПЕСОЧНИК 60	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 80	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 70	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ 70	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ 75	ПЕСОЧНИК 60	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 80	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 70
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КЕФИР 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КЕФИР 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180

МЕНЮ

1,5-3 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 150	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ 150
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ 35	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ 30	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ 30	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ 35	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ 30	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150
ЧАЙ С САХАРОМ 150					ЧАЙ С САХАРОМ 150				
II Завтрак									
СОК 100	СОК 100	СОК 100	СОК 100	СОК 100	СОК 100	СОК 100	СОК 100	СОК 100	СОК 100
Обед									
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 150	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 150	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ 150	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 150	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ 150	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 150	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 150
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ 60	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 60	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 160	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) 60	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 150	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ 50	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 60	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 150	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 160	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 60
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 100	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 20	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 30	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 120	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 20	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ №357 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 30	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ №357 20	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ №357 20
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 150	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 150		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 30		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ 30
	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 150				КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 150			КОМПОТ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 150
Полдник									
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ 70	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ 80	ПЕСОЧНИК 60	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 80	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 70	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ 70	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ 75	ПЕСОЧНИК 60	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 80	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 70
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КЕФИР 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КЕФИР 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150

Пронумеровано, прошнуровано 25 листов

(Варианты тем эссе)

Заведующий МБДОУ «Детский сад №41»
ИГОСК

