

Утверждено:

Заведующим МБДОУ детского сада "Светлячок" г.Южи

Ю.С.Рожкова

Приказ № 01-09-3 от "01" сентября 2023 года



Основное двухнедельное меню для обучающихся от 1 года до 3 лет МБДОУ детский сад "Светлячок" г. Южи (10-ти часовое пребывание)

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 90	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ 150	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ И ПОВИДЛОМ 120/20	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 150	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	КАША "ДРУЖБА" 150	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 25	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 20	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 25	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 25	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 25	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 20	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 25	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 25
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 35	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 170	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 170	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 170	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 170	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 170	ЧАЙ С САХАРОМ 170	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 170	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 170
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180									
II Завтрак									
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100
Обед									
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ЛОМТИК) 30	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" 30	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ 30	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ 30	САЛАТ ЛЕТНИЙ 30	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С КАПУСТОЙ 30	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ 30	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 30	САЛАТ СВЕКОЛКА 30	САЛАТ ВЕСЕННИЙ 30
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 150	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 150	СУП РЫБНЫЙ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ 150	СВЕКОЛЬНИК С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 150	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 150	РАССОЛЬНИК С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 150	СУП РИСОВЫЙ С КУРОЙ И ГРЕЧКАМИ 150	СУП ГОРОХОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ 150	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 180
ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25
КАПУСТА ТУШЕНАЯ 90	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 90	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПАЧАТАЯ 90	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ 150	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 110	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 90	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 110	КАРТОФЕЛЬ ТУШОНЫЙ С МЯСОМ 150	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 110	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 110
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) 60	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ 60	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ КУРЫ 60	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	КОТЛЕТА МЯСНАЯ 60	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150			КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150				
Полдник									
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 60	ПЕЧЕНЬЕ 30	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 70	СДОБА СЛАДКАЯ 65	ОЛАДЬИ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 60	ПЕЧЕНЬЕ 30	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С ПОВИДЛОМ 60/20	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 60	ПРЯНИКИ 30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 20	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 20	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 10	ЧАЙ С САХАРОМ 150	СОУС МОЛОЧНЫЙ №350 20	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 20	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 10	ЧАЙ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 20
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	СОК ФРУКТОВЫЙ 150		ЧАЙ С САХАРОМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	СОК ФРУКТОВЫЙ 150			МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 150



Утверждено:
 Заведующим МБДОУ детского сада "Светлячок" г.Южи
 Ю.С.Рожкова
 Приказ № 01-09-3 от " 01 " сентября 20 23 года

Основное двухнедельное меню для обучающихся от 3 года до 8 лет МБДОУ детский сад "Светлячок" г. Южи (10-ти часовое пребывание)

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 120	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ 180	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ И ПОВИДЛОМ 160/20	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 180	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	КАША "ДРУЖБА" 180	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 36	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 35	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 36	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 36	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 36	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 20	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 36	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 35
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 36	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200									
II Завтрак									
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 80		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 80		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 80	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 80		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 80		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 80
Обед									
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ЛОМТИКИ) 60	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" 60	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ 80	САЛАТ ЛЕТНИЙ 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С КАЛУСТОЙ 60	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ 60	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКОЛКА 60	САЛАТ ВЕСЕННИЙ 60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 200	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 200	СУП РЫБНЫЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ 200	СВЕКОЛЬНИК С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 200	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 200	РАССОЛЬНИК С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 200	СУП РИСОВЫЙ С КУРОЙ И ГРЕЧКАМИ 200	СУП ГОРОХОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ 200	БОРЩ С КАЛУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 200
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
КАПУСТА ТУШЕНАЯ 110	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ 180	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 110	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 130	КАРТОФЕЛЬ ТУШОНЫЙ С МЯСОМ 180	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 130	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 130
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) 70	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ 70	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ КУРЫ 70	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	КОТЛЕТА МЯСНАЯ 70	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180			КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180				
Полдник									
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 80	ПЕЧЕНЬЕ 40	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 80	СДОВА СЛАДКАЯ 75	ОЛАДЬИ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 80	ПЕЧЕНЬЕ 40	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 80	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С ПОВИДЛОМ 120/20	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 75	ПРЯНИКИ 80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 15	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 15	ЧАЙ С САХАРОМ 180	СОУС МОЛОЧНЫЙ №350 20	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 15	ЧАЙ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ 30
КИСЕЛЬ ФЛОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	СОК ФРУКТОВЫЙ 150		ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	СОК ФРУКТОВЫЙ 150			МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180