

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ « Детский сад № 17»

Е.Е. Черникова
« 02 » июня 2025 г.

Десятидневное меню в МБДОУ « Детский сад № 17».
Весенне-летний период.

Дни	Время	Наименования блюд	Выход	
			От 2-3 лет	От 3-7 лет
1день.	Завтрак	1.Макаронны отварные с сыром	120	160
		2.Чай с сахаром	180	200
		3.Печенье	15	30
		4. Масло сливочное	7	10
	2 завтрак	1.Сок	160	160
	Обед	1.Суп картофельный с курицей	150	200
		2.Ёжики из мяса со сметанным соусом	75/25	85/30
		3. Капуста тушёная	100	120
		4.Хлеб ржаной	40	50
		5.Компот из свежих яблок	150	180
	Полдник	1.Кефир	180	200
		2. Хлеб пшеничный	20	25
	Ужин	1.Запеканка из творога с морковью	125	160
		2.Соус молочный сладкий	30	50
		3.Хлеб пшеничный	30	40
		4.Кофейный напиток с молоком	180	200
2 день.	Завтрак	1. Каша гречневая молочная	150	180
		2.Какао с молоком	180	200
		3.Бутерброд с маслом и сыром	20/5/12	30/5/16
	2 Завтрак	1.Фрукты	150	150
	Обед	1.Свекольник с курицей	150	200
		2.Плов из мяса	150	180
		3.Огурец свежий	25	35
		4.Хлеб ржаной	40	50
		5.Компот из сухофруктов	150	200
	Полдник	1.Кефир	180	200
		2.Хлеб пшеничный	20	25
	Ужин	1.Шницель рыбный	85	95
		2 Картофель отварной	110	130
		3.Хлеб пшеничный	20	25
		4.Чай с сахаром	180	200

3 день.	Завтрак	1.Каша овсяная молочная	150	180
		2.Кофейный напиток с молоком	180	200
		3.Бутерброд с маслом	20/7	30/10
	2 Завтрак	1.Фрукты	150	150
	Обед	1. Суп картофельный с бобовыми на мясном б-не	150	200
		2.Рагу из овощей и мяса	150	180
		3.Хлеб ржаной	40	50
		4.Кисель из свежих ягод	150	200
	Полдник	1.Молоко кипячённое	180	200
		2.Булочка домашняя	50	70
	Ужин	1.Запеканка из печени с рисом	110	120
		2.Помидор свежий	25	35
		2. Хлеб пшеничный	30	40
		3.Напиток из шиповника	180	200
4 день.	Завтрак	1.Каша молочная манная.	150	180
		2.Какао с молоком.	180	200
		3.Бутерброд с маслом.	20/7	30/10
	2 Завтрак	1.Сок	160	160
	Обед	1.Борщ с капустой и картофелем с курицей	150	200
		2.Тефтели из мяса со сметанным соусом с томатом	70/30	80/35
		3.Каша гречневая рассыпчатая	100,0	120,0
		4.Огурец свежий	25,0	35,0
		5..Хлеб ржаной	40	50
		6. Компот из свежих яблок	150	200
	Полдник	1.Кефир.	180	200
		2.Печенье	15	30
	Ужин	1.Суфле рыбное	125,0	135,0
		2. Икра морковная	60,0	80,0
		3.Хлеб пшеничный.	30	40
		4.Чай с сахаром	180	200
5 день	Завтрак	1.Каша рисовая молочная	150	180
		2.Кофейный напиток с молоком	180	200
		3.Бутерброд с маслом	30/7	40/10
	2 Завтрак	1.Фрукты	150	150
	Обед	1. Суп с макаронными изделиями и картофелем с курицей	150	200
		2.Зразы рубленные с луком и яйцом	110,0	120,0
		3. Салат из свеклы отварной	50,0	60,0
		4.Хлеб ржаной.	40	50
		5.Компот из сухофруктов	150	200
	Полдник	1.Сок.	200	200
		2.Сухарики из пш/хлеба	20	25
	Ужин	1.Вареники ленивые	120,0	160,0

бдень.		2.Соус сметанный	30	50
		3.Хлеб пшеничный.	20	25
		4 Чай с молоком.	180	200
	Завтрак	1. Каша гречневая рассыпчатая	110,0	130,0
		2. Чай с сахаром	180	200
		3.Печенье	15	30
		4. Масло сливочное	7	10
	2 Завтрак	1.Сок.	160	160
	Обед	1.Суп картофельный с клёцками с курицей	150	200
		2.Голубцы ленивые	90,0	100,0
		3. Соус сметанный / соус сметанный с томатом	30,0	50,0
		4.Пюре картофельное	110,0	130,0
		3.Хлеб ржаной.	40	50
		4.Компот из свежих яблок	150	200
	Полдник	1.Кефир	180	200
		2.Хлеб пшеничный.	20	25
	Ужин	1.Запеканка из творога	120,0	160,0
		2.Соус молочный сладкий	30	50
		3.Хлеб пшеничный	20	25
		4.Какао с молоком	180	200
7 день	Завтрак	1.Каша пшеничная молочная	150	180
		2.Кофейный напиток с молоком	180	200
		3.Бутерброд с маслом	30/7	40/10
	2 Завтрак	1.Сок	160	160
	Обед	1.Борщ с картофелем на мясном б-не	150	200
		2.Пудинг из мяса с овощами	150,0	160,0
		3. Свежий огурец	25,0	35,0
		4.Хлеб ржаной.	40	50
		5.Компот из сухофруктов	150	200
	Полдник	1.Кефир	180	200
		2. Печенье	15	30
	Ужин	1.Рыба тушённая в сметанном соусе	80,0	90,0
		2. Каша рисовая рассыпчатая	100,0	130
		3.Хлеб пшеничный	30	40
		4.Чай с сахаром	180	200
8 день	Завтрак	1. Каша пшённная молочная	150	180
		2.Какао с молоком	180	200
		3.Бутерброд с маслом и сыром	20/5/12	30/5/16
	2 Завтрак	1. Фрукты	150	150
	Обед	1.Щи из свежей капусты с картофелем с курицей	150	200
		2.Котлета "Пермская"	60	80

		3. Макароны отварные	100	130
		4.Помидор свежий.	30	40
		5.Хлеб ржаной.	40	50
		6.Компот из свежих ягод	150	200
	Полдник	1.Сок	200	200
		2. Булочка домашняя.	50	70
	Ужин	1.Омлет натуральный.	70	100
		2.Икра кабачковая	80	100
		3.Хлеб пшеничный.	30	40
		4.Чай с молоком	180	200
9 день	Завтрак	1. Каша " Дружба" молочная	150	180
		2.Кофейный напиток с молоком.	180	200
		3.Бутерброд с маслом	30/7	40/10
	2 Завтрак	1. Сок	160	160
	Обед	1. Суп картофельный с фрикадельками (мясными)	150	200
		2. Сердце (говяжье) в соусе	100	120
		3.Картофельное пюре	110	130
		4. Огурец свежий	25	35
		5.Хлеб ржаной.	40	50
		6.Компот из свежих яблок	150	200
	Полдник	1.Кефир	180	200
		2.Печенье	15	25
	Ужин	1.Тефтели рыбные со сметанным соусом	100/30	120/35
		2.Салат из капусты белокочанной	40	60
		3.Хлеб пшеничный.	30	40
		4.Чай с сахаром	180	200
10 день	Завтрак	1. Суп молочный с макаронными изделиями.	150	180
		2.Какао с молоком.	180	200
		3.Бутерброд с маслом	20/7	30/10
	2 Завтрак	1.Фрукты	170	170
	Обед	1.Суп с крупой (пшено) на курином б-не	150	200
		2. Рагу с птицей	150	180
		3.Икра свекольная	60	80
		4.Хлеб ржаной.	40	50
		5.Компот из сухофруктов.	150	200
	Полдник	1.Кефир	180	200
		2.Сухарики из пш/ хлеба	20	2520
	Ужин	1.Запеканка рисовая с творогом	120	150
		2. Соус молочный сладкий	30	50
		2.Хлеб пшеничный.	20	25
		3.Кисель из свежих ягод	180	200

[illegible]

--	--	--	--	--