

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ

Л.В. Сидорова



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

**Для детей с 3 лет до 7 лет в дошкольных
образовательных учреждениях
2023г.
(июль-сентябрь)**

САД 1-3 НЕДЕЛЯ

2023г. (июль-сентябрь)

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Наименование блюда	Наименование блюда	Наименование блюда	Наименование блюда	Наименование блюда
ЗАВТРАК				
Омлет натуральный	Каша жидкая пшеничная	Каша жидкая пшеничная	Омлет натуральный	Каша жидкая манная
Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом
Чай с лимоном	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Сок яблочный 200гр	Фрукты (груша)	Напиток витаминизированный 180гр	Фрукты (груша)	Сок яблочный 200гр
Фрукты (яблоко)	Напиток витаминизирован. 180гр		Сок яблочный 200гр	
ОБЕД				
Салат из моркови	Икра овощная	Салат из свежих огурцов	Икра кабачковая	Салат из свежих помидор с луком
Суп картофельный с крупной мясной бульоне	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	Суп-пюре из картофеля на курином бульоне	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	Суп с рыбными консервами
Пудинг из творога с рисом	Биточки рубленые	Фрикадельки из птицы	Печень по-строгановски	Жаркое по - домашнему
Соус молочный (сладкий)	Картофель запеченный в сметанном соусе	Капуста цветная запеченная в соусе	Рис припущенный	Напиток из плодов шиповника
Компот из сушёных фруктов	Компот из изюма	Кисель из черной смородины	Компот из сушёных фруктов	Хлеб ржаной
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	
	Гренки из пшеничного хлеба к супу			
ПОЛДНИК				
Кефир	Снежок	Йогурт питьевой	Кефир	Снежок
Пряник	Плошка слобная	Плошка песочная	Крендель сахарный 60гр	Печенье
		Фрукты (дыня)		Фрукты (яблоко)
УЖИН				
Салат из свежих помидор с луком	Салат из картофеля с горошка зелёного консервированного	Салат из моркови	Салат из капусты	Винегрет овощной
Тфтели мясные	Зразы рыбные с яйцом	Сырники из творога	Котлеты рыбные запеченные в сметанном соусе	Голубцы ленивые
Картофель отварной	Рис припущенный	Соус черносмородиновый	Пюре картофельное	Соус сметанный с томатом
Чай с сахаром	Соус сметанный	Чай с сахаром	Чай с лимоном	Чай с сахаром
Хлеб ржаной	Чай с сахаром	Батон	Хлеб ржаной	Гренки из пшеничного хлеба
Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный	Лук зелёный (на весь день)	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный
Лук зелёный (на весь день)	Лук зелёный (на весь день)	Укроп (на весь день)	Укроп (на весь день)	Лук зелёный (на весь день)
Укроп (на весь день)	Укроп (на весь день)	Яйцо вареное	Укроп (на весь день)	Укроп (на весь день)

2023г. (июль-сентябрь)

САД 2-4 НЕДЕЛЯ

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Наименование блюда	Наименование блюда	Наименование блюда	Наименование блюда	Наименование блюда
Каша жидкая кукурузная на стерилизованном молоке	Суп молочный с макаронными изделиями	Омлет натуральный	Каша жидкая пшенично-рисовая	Каша жидкая ячневая
Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом
Чай с лимоном	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с сахаром	Кофейный напиток с молоком
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Фрукты (яблоко)	Фрукты (груша)	Напиток витаминизированный 180гр	Фрукты (груша)	Сок яблочный 200гр
Сок яблочный 200гр	Фрукты (груша)	Фрукты (виноград)		
ОБЕД				
Салат из моркови	Салат из свежих помидор и лука	Салат летний	Икра овощная	Салат из картофеля с горонка зелёного консервированного
Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	Суп картофельный с мясными фрикадельками	Суп с рыбными консервами
Лапшевник из творога	Фрикадельки мясные в соусе	Плов из птицы	Оладьи из пчени	Рулет с луком и яйцом
Соус молочный (сладкий)	Капуста цветная отварная с маслом	Кисель из черной смородины	Пюре картофельное	Каша рассыпчатая гречневая
Компот из сушённых фруктов	Напиток из плодов шиповника	Хлеб ржаной	Компот из изюма	Соус сметанный с томатом
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Компот из сушёных фруктов
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной /Хлеб пш-ный
	Гренки из пшеничного хлеба к супу			
ПОЛДНИК				
Кефир	Снежок	Йогурт питьевой	Кефир	Снежок
Мармелад	Плюшка слобная	Полоска песочная	Крендель сахарный	Фрукты (яблоко)
УЖИН				
Салат из капусты	Икра кабачковая	Салат из моркови	Салат из свежих огурцов	Салат из белокочанной капусты, огурцов и перца
Котлета рубленая мясная	Рыба, запеченная с морковью	Вареники ленивые с маслом	Котлеты рыбные любительские с маслом сливочным	Мясо тушёное с овощами в соусе
Рагу из овощей	Пюре картофельное	Соус абрикосовый	Макаронные изделия отварные с маслом	Чай с сахаром
Чай с сахаром	Чай с лимоном	Чай с сахаром	Чай с лимоном	Печенье
Хлеб ржаной /Хлеб пш-ный	Хлеб ржаной	Батон	Хлеб ржаной /Хлеб пш-ный	Хлеб ржаной
Лук зелёный (на весь день)	Хлеб пшеничный	Лук зелёный (на весь день)	Лук зелёный (на весь день)	Хлеб пшеничный
Укроп (на весь день)	Укроп (на весь день)	Укроп (на весь день)	Укроп (на весь день)	Укроп (на весь день)