

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА С
ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ № 17 «РОМАШКА»

Утверждено
приказом заведующего МБДОУ
детский сад № 17 «Ромашка»
от 01.04.2025 № 088-о

Примерное десятидневное меню для питания детей (весенне-летний период)

Составитель: Пузанова Е.И.
Источник: сборник рецептов блюд и кулинарных изделий
Для питания детей в дошкольных образовательных
учреждениях, Москва, дели принт, 2010

1-я неделя 10 - дневного меню

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
ЗАВТРАК	Макаронны отварные с маслом 130:3/150:4 Чай с сахаром150/180 Хлеб пшеничный15/20	Суп молочный с Геркулесом 130/150 Масло сливочное5/5 Чай с сахаром150/180 Хлеб пшеничный15/20	Суп молочный с гречневой крупой130/150 Масло сливочное5/5 Чай с сахаром150/180 Хлеб пшеничный15/20	Омлет натуральный60/80 Сыр российский 10/15 Чай с сахаром 150/150 Хлеб пшеничный15/20	Суп молочный с пшеничной крупой130/150 Масло сливочное5/5 Чай с сахаром 150/180 Хлеб пшеничный15/20
ОБЕД	Суп картофельный с пшенной крупой150/180 Рулет с луком и яйцом 60/80 Капуста тушеная 110/130 Компот из сушеных фруктов150/180 Хлеб пшеничный15/20 Хлеб ржаной30/30	Борщ вегетарианский150/180 Котлеты рыбные, запеченные 50/70 Каша вязкая рисовая 110/130 Компот из яблок150/180 Хлеб пшеничный15/20 Хлеб ржаной30/30	Суп картофельный с макарон. изд. 150/180 Фрикадельки из говядины 60/80 Каша вязкая пшенная 110/130 Кисель из повидла 150/180 Хлеб пшеничный15/20 Хлеб ржаной30/30	Борщ с фасолью и картофелем150/180 Котлета рыбная, любительская50/70 Пюре картофельное110/130 Компот из яблок150/180 Хлеб пшеничный15/20 Хлеб ржаной30/30	Суп – лапша домашняя150/180 Птица, тушенная в соусе с овощами180/230 Компот из сушеных фруктов150/180 Хлеб пшеничный15/20 Хлеб ржаной30/30
ПОЛДН	Вафли 1/1 шт. Кофейный напиток с молоком 150/150	Булочка школьная 50/50 Какао с молоком 150/150	Печенье 1/1шт. Кофейный напиток с молоком 150/150	Вафли 1/1шт. Какао с молоком 150/150	Печенье 1/1шт. Сок фруктовый 100/100
УЖИН	Каша вязкая гречневая 130/150 Чай без сахара150/150 Хлеб пшеничный15/20	Рагу овощное130/150 Чай без сахара150/150 Хлеб пшеничный15/20	Картофельные лепешки55/75 Чай без сахара150/150 Хлеб пшеничный15/20	Каша жидкая рисовая130/150 Чай без сахара150/150 Хлеб пшеничный15/20	Пудинг из творога с рисом100/150 Чай с сахаром150/150 Хлеб пшеничный15/20

2-я неделя 10 - дневного меню

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
ЗАВТРАК	Суп молочный с манной крупой 130/150 Масло сливочное 5/5 Чай с сахаром 150/180 Хлеб пшеничный 15/20	Суп молочный с «Геркулесом» 130/150 Масло сливочное 5/5 Чай с сахаром 150/180 Хлеб пшеничный 15/20	Суп молочный с рисовой крупой 130/150 Масло сливочное 5/5 Чай с сахаром 150/180 Хлеб пшеничный 15/20	Омлет натуральный 60/80 Сыр «Российский» 10/15 Чай с сахаром 150/180 Хлеб пшеничный 15/20	Суп молочный с макаронными изделиями 130/150 Масло сливочное 5/5 Чай с сахаром 150/180 Хлеб пшеничный 15/20
ОБЕД	Суп картофельный с рисовой крупой 150/180 Котлеты из птицы 60/80 Каша вязкая гречневая 110/130 Компот из сушеных фруктов 150/180 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 30/30	Борщ с капустой и картофелем 150/180 Котлеты рыбные, запеченные 50/70 Пюре картофельное 110/130 Компот из яблок 150/180 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 30/30	Суп картофельный с горохом 150/180 Фрикадельки из говядины 60/80 Макароны отварные 110/130 Кисель из повидла 150/180 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 30/30	Рассольник 150/180 Рулет с луком и яйцом 60/80 Каша вязкая гречневая 110/130 Компот из яблок 150/180 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 30/30	Суп картофельный с клецками 150/180 Плов из птицы 180/230 Компот из сушеных фруктов 150/180 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 30/30
ПОЛДНИК	Печенье 1/1шт Кофейный напиток с молоком 150/150	Вафли 1/1шт. Какао с молоком 150/150	Печенье 1/1шт Кофейный напиток с молоком 150/150	Булочка школьная 50/50 Какао с молоком 150/150	Вафли 1/1шт. Молоко кипяченое 100/100
УЖИН	Картофель в молоке 130/150 Чай без сахара 150/150 Хлеб пшеничный 15/20	Каша пшенная вязкая 130/150 Чай без сахара 150/150 Хлеб пшеничный 15/20	Пудинг из творога 100/150 Чай без сахара 150/150 Хлеб пшеничный 15/20	Каша манная вязкая 130/150 Чай без сахара 150/150 Хлеб пшеничный 15/20	Запеканка из творога с яблоками 100/150 Чай с сахаром 150/150 Хлеб пшеничный 15/20