

УТВЕРЖДЕНО

и. о. заведующего МБДОУ «Чайка» с. Михайловка

Л.В. Гляделкина

Приказ от 23.06.2025 №78-ОД

10-дневное меню для организации питания детей с 3-х до 7 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ЗАВТРАК									
СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНИЧНОЙ КРУПОЙ 200	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГЕРКУЛЕСОМ 200	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ 200	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 200	ОМЛЕТ 110 ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГЕРКУЛЕСОМ 200	ДРАЧЕНА 110 ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ 200	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 200	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ 200
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 33	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 33	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 33	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 33	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 41	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 33	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 33	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 33	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 33	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 41
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 18/4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/4	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 18/4	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/4	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100
		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 20		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 20		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 20		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 20	
ОБЕД									
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН. ИЗДЕЛИЯМИ 200	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ 200	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ 200	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ) 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ 200	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ 200	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 200
СВЕЖИЙ ОГУРЕЦ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 60	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 60	СВЕЖИЙ ОГУРЕЦ 60	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ 60	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 60	СВЕЖИЙ ОГУРЕЦ 60	СВЕЖИЙ ПОМИДОР 60
КОТЛЕТА МЯСНАЯ 80	МЯСО ТУШЁНОЕ С ОВОЩАМИ 150	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 180	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 90	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ 80	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ 80	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 150	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 180	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 60	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ПТИЦЫ 80
КАПУСТА, ТУШЕННАЯ 130			КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130			КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	КАША ГРЕЧНЕВАЯ 130
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
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25
КОМПОТ ИЗ СУХО/СВЕЖИХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СУХО/СВЕЖИХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СУХО/СВЕЖИХ ФРУКТОВ 180	СОК ФРУКТОВЫЙ 180	КОМПОТ ИЗ СУХО/СВЕЖИХ ФРУКТОВ 180	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ИЛИ ПОВИДЛА 180	КОМПОТ ИЗ СУХО/СВЕЖИХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СУХО/СВЕЖИХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СУХО/СВЕЖИХ ФРУКТОВ 180	СОК ФРУКТОВЫЙ 180
ПОЛДНИК									
БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА» 60	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ 120	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120	БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА» 60	ПИРОЖОК ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ ИЛИ С ПОВИДЛОМ 60	ПИРОЖОК ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ ИЛИ С ПОВИДЛОМ 60	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 100/15	ПИРОЖОК ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ ИЛИ С ПОВИДЛОМ 60	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120	БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА» 60
КАКАО С МОЛОКОМ 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/4	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/4
		ХЛЕБ РЖАНОЙ 25						ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	