

Утверждаю  
заведующий  
Петова Светлана Борисовна



МБДОУ "Центр развития ребенка-детский сад №13"

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО (ОРГАНИЗОВАННОГО) ПИТАНИЯ

| 1 день                                       | 2 день                                       | 3 день                                       | 4 день   | 5 день                                       | 6 день                                    | 7 день                                       | 8 день                                      | 9 день   | 10 день                                 |
|--|--|--|--|--|---|--|---|--|---|
| <b>Завтрак</b>                               |  |  |  |  |   |  |   |  |   |
| ОМЛЕТ 80 * 80                                | КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ С/С 1/200-150 * 200 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С/С 200-150 * 200      | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С/С 1/200-150 * 200 | КАША МОЛОЧНАЯ СБОРНАЯ С/С * 200              | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С/С 200-150 * 200   | КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ С/С 1/200-150 * 200 | ОМЛЕТ 80 * 80                               | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С/С 1/200-150 * 200 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С/С 200-150 * 200 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ 30                 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 5                         | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ С/С 200-150 * 200 | КАКАО С МОЛОКОМ С/С 200-150 * 200              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ С/С 200-150 * 200 | КАКАО С МОЛОКОМ С/С 200-150 * 200         | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ С/С 200-150 * 200 | КУКУРУЗА СЛАДКАЯ * 30                       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ С/С 200-150 * 200   | КАКАО С МОЛОКОМ С/С 200-150 * 200       |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ С/С 200-150 * 200 | КАКАО С МОЛОКОМ С/С 200-150 * 200            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 5                         | ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ 40                                | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 5                         | ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ 40                           | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 5                         | КАКАО С МОЛОКОМ С/С 200-150 * 200           | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 5                           | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 5                    |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 5                         | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15 15                         | БАТОН 28 * 28                                | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 5                           | БАТОН 28 * 28                                | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 5                      | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15 15                         | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 5                        | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15 15                           | БАТОН 28 * 28                           |
| БАТОН 28 * 28                                | БАТОН 28 * 28                                |  | БАТОН 28 * 28                                  |  | БАТОН 28 * 28                             | БАТОН 28 * 28                                | БАТОН 28 * 28                               | БАТОН 28 * 28                                  | БАТОН 28 * 28                           |
| <b>II Завтрак</b>                            |  |  |  |  |   |  |   |  |   |
| КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180-150 * 180         | КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180-150 * 180         | ЧАЙ С/С 200-180 * 200                        | КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180-150 * 180           | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ С/С 180-150 * 180           | ЧАЙ С/С 200-180 * 200                     | КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180-150 * 180         | ЧАЙ С/С 180-150 * 180                       | КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180-150 * 180           | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200-150 * 200  |
| ПЕЧЕНЬЕ ДОМАШНЕЕ 1/50 * 50                   | КРЕКЕР 10-20 20                              | ПОЛОСКА С ПОВИДЛОМ * 60                      | КРЕКЕР 10-20 20                                | СУШКА 10-20 20                               | ПЕЧЕНЬЕ ДОМАШНЕЕ * 50                     | СУШКА 10-20 20                               | ПЕЧЕНЬЕ ДОМАШНЕЕ 1/50 * 50                  | СУШКА 10-20 20                                 | КРЕКЕР 10-20 15                         |
| <b>Обед</b>                                  |  |  |  |  |   |  |   |  |   |
| СУП ОВОЩНОЙ 250-200 * 250                    | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И КАПУСТОЙ 250-200 * 250   | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ 250-200 * 250      | СУП РЫБНЫЙ 250-200 * 250                       | СВЕКОЛЬНИК 250-200 * 250                     | СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 250-200 * 250 | ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ 250-200 * 250        | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 250-200 * 250 | СУП - РАССОЛЬНИК 250-200 * 250                 | СУП ГОРОХОВЫЙ 250-200 * 250             |
| СУХАРИКИ К СУПУ * 50                         | ПАМПУШКА С ЧЕСНОКОМ * 50                     | КОТЛЕТА МЯСНАЯ (свин.+инд ) 80-70 * 80       | РЫБА В ТЕСТЕ 1/90-80 * 90                      | МЯСО ТУШЕНОЕ ПОРЦИОННО * 75                  | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 200 - 150 * 200           | КОТЛЕТА РЫБНАЯ 90 - 70 * 90                  | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ * 90                 | ОЛАДЬИ ПЕЧЕНОЧНЫЕ 120-100 * 100                | ГРЕНКИ * 30                             |
| КОТЛЕТА МЯСНАЯ (гов.+свин.) 80-70 * 80       | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ 220-180 * 220   | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ * 130             | КАПУСТА ТУШЕНАЯ 1/150-100 * 150                | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150-130 * 150              | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200-150 * 200       | РИС ОТВАРНОЙ 150-130 * 150                   | КАПУСТА ТУШЕНАЯ 1/150-100 * 150             | ОВОЩИ ЗАПЕЧЕННЫЕ 130-100 * 130                 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ (свин.+инд ) 80-70 * 80  |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150-130 * 150              | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 30                             | СОУС ТОМАТНЫЙ * 50                           | КИСЕЛЬ С/С 200-150 * 200                       | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ * 50                         | ХЛЕБ 35 * 35                              | СОУС СМЕТАННЫЙ * 50                          | КИСЕЛЬ С/С 200-150 * 200                    | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200-150 * 200         | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150-130 * 150         |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ * 50                         | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200-150 * 200       | САЛАТ ИЗ КВ. КАПУСТЫ * 50                    | ХЛЕБ 35 * 35                                   | НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА 180-150 * 200               |   | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 30                             | ХЛЕБ 35 * 35                                | ХЛЕБ 35 * 35                                   | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ * 50                    |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200-150 * 200          | ХЛЕБ 35 * 35                                 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200-150 * 200          |  | ХЛЕБ 35 * 35                                 |   | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200-150 * 200          |   |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200-150 * 200     |
| ХЛЕБ 35 * 35                                 |  | ХЛЕБ 35 * 35                                 |  |  |   | ХЛЕБ 35 * 35                                 |   |  | ХЛЕБ 35 * 35                            |
| <b>Полдник</b>                               |  |  |  |  |   |  |   |  |   |
| СВЕЖИЙ ФРУКТ * 100                           | СВЕЖИЙ ФРУКТ * 100                           | СВЕЖИЙ ФРУКТ * 100                           | СВЕЖИЙ ФРУКТ * 100                             | СВЕЖИЙ ФРУКТ * 100                           | СВЕЖИЙ ФРУКТ * 100                        | СВЕЖИЙ ФРУКТ * 100                           | СВЕЖИЙ ФРУКТ * 100                          | СВЕЖИЙ ФРУКТ * 100                             | СВЕЖИЙ ФРУКТ * 100                      |
| СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ 60 гр * 60                  | ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА С/С 130-100 * 130        | ОМЛЕТ 80 * 80                                | МАКАРОНЫ С СЫРОМ 1/150-120 * 150               | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА 130-110 * 130              | ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА С/С 130-100 * 130     | РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ 200-180 * 200           | МАКАРОНЫ С СЫРОМ 1/150-120 * 150            | ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА С/С 130-100 * 130          | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ * 50                   |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ 1/150-100 * 150              | ПОВИДЛО * 20                                 | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ 40                 | ОГУРЦЫ порц * 30                               | СГУЩЕННОЕ МОЛОКО * 40                        | СГУЩЕННОЕ МОЛОКО * 40                     | ЧАЙ С/С 200-180 * 200                        | ЧАЙ С/С 180-150 * 180                       | ПОВИДЛО 10-20 20                               | РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ 100-90 * 100    |
| ЧАЙ С/С 180-150 * 180                        | ЧАЙ С/С С ЛИМОНОМ 180-150 * 180              | ЧАЙ С/С 180-150 * 180                        | ЧАЙ С/С С ЛИМОНОМ 180-150 * 180                | ЧАЙ С/С 180-150 * 180                        | ЧАЙ С/С 200-180 * 200                     | БАТОН 28 * 28                                | БАТОН 28 * 28                               | ЧАЙ С/С 180-150 * 180                          | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ 40            |