

**Согласовано:**  
Советом по питанию  
Протокол № 2 от 11.03.2022

**утверждено:**  
Заведующий МБДОУ д/с № 39  
С.Н. Гавриш  
приказ от 14.03.2022 № 85



**Десятидневное меню на летний период для детей в возрасте от 1 года до 3 лет 10,5 часов пребывания в МБДОУ д/с № 39**

понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
<b>Завтрак</b>									
Макароны с маслом сливочным 130 Кофейный напиток с молоком сгущенным 150 Батон 25масло 5	Каша ячневая молочная 150 Какао с молоком 150 Батон 25, Масло5, Сыр5	Омлет 80 Икра кабачковая 30, Чай с 150 Батон 25, Масло5	Каша молочная геркулесовая 150 Кофейный напиток с молоком 150 Батон 25, масло5, сыр5	Каша манная молочная 150 Какао с молоком 150, Батон25, Масло5, Сыр 5	Омлет 100, Икра кабачковая30, Чай 150, Батон25, Масло 5	Макароны с тертым сыром 100 Какао с молоком 150 Батон25, Масло 5	Каша манная молочная 130 Кофейный напиток с молоком 150, Батон25, Масло 5	Омлет 100 Чай 100 Батон25, Масло5, Сыр5 Икра кабачковая 30	Каша пшеничная молочная, 150 Какао с молоком 150 Батон25, Масло 5
<b>Второй завтрак</b>									
Сок 125	Яблоко 100	Сок 125 Печенье 20	Яблоко 100	Сок 125 Вафли 20	Сок 125	Яблоко 100	Сок 125 Вафли 20	Яблоко 100	Сок 125 Печенье 20
<b>Обед</b>									
Борщ со сметаной 180, Пюре картофельное 100, Котлета рыбная 70, Салат витаминный 30, Компот из смеси сухофруктов 150 Хлеб пшеничный 15, Хлеб ржаной 30	Суп с макаронными изделиями 180, Овощи тушеные 120, Компот из яблок 150, Хлеб пшеничный 15, Хлеб ржаной 30 Печень по-строгановски 60/30	Суп с крупой 180, Ёжики в томатно-сметанном соусе 60/30 Каша гречневая 100 Помидор свежий 30 Компот из смеси сухофруктов 150, Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 30	Суп гороховый 180 Котлета мясная 60 Икра свекольная 75, Пюре картофельное 100 Кисель фруктовый 150. Хлеб пшеничный 15, Хлеб ржаной 30	Свекольник со сметаной 180 Плов из птицы 150 Салат из свежих помидор и огурцов 40, Компот из смеси сухофруктов 150 Хлеб пшеничный 15, Хлеб ржаной 30	Суп с фрикадельками 180, Пюре картофельное 100 Котлета рыбная 70, Салат морковно-яблочный 40, Компот из яблок 150, Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 30	Суп картофельный с клецками 180, Суфле из печени 80/30, Каша пшеничная 90, Салат из горошка зеленого 40, Компот из смеси сухофруктов 150. Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржаной 30	Борщ со сметаной 180, Гуляш из говядины 60, Каша гречневая 90, Помидор свежий 30, Компот из яблок 150, Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 30	Суп гороховый 180, Голубцы ленивые 120, Икра свекольная 75, Компот из смеси сухофруктов 150. Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 30	Суп с крупой 180, Рагу из птицы 150, Салат из свежих помидор и огурцов 40 Компот из яблок 150, Хлеб пшеничный 15, Хлеб ржаной 30
<b>Полдник</b>									
Вареники ленивые 130, Молоко кипяченое 150,	Печенье творожное 70, Кефир 150	Капуста тушенная 130 Кофейный напиток на воде 150 Хлеб пшеничный 15	Ватрушка с творогом 70, Ряженка 150	Яйца варенные 40 Чай 150 Хлеб пшеничный 10 Яблоко 100 Икра кабачковая 30	Печенье творожное 80, Кефир 150	Творожная запеканка со сметаной 90, Кисель молочный 150	Плов фруктовый 140, Какао с молоком 150	Овощи тушенные 150 Кофейный напиток с молоком сгущенным 150 Хлеб пшеничный 15	Булочка 70, Ряженка 150,



Согласовано:

Советом по питанию

Протокол № 2 от 11.03.2022

утверждено:

Заведующий МБДОУ д/с № 39

С.Н. Гавриш

от 11.03.2022 № 85



**Десятидневное меню на летний период для детей в возрасте от 3 до 7 лет 10,5 часов пребывания в МБДОУ д/с № 39**

понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
<b>Завтрак</b>									
Макаронны с маслом сливочным 130 Кофейный напиток с молоком сгущенным 180 Батон 30 масло5	Каша ячневая молочная 200 Какао с молоком 180 Батон 30, Масло 5, Сыр 8	Омлет 100 Икра кабачковая 40, Чай 180 Батон 30, Масло 5	Каша молочная геркулесовая 200 Кофейный напиток с молоком 180 Батон 30, масло 5, сыр 8	Каша манная молочная 200 Какао с молоком 180, Батон 30, Масло 5, Сыр 8	Омлет 100, Икра кабачковая 40, Чай 180, Батон 30, Масло 5	Макаронны с тертым сыром 110 Какао с молоком 180 Батон 30, Масло 5	Каша манная молочная 200 Кофейный напиток с молоком 180, Батон 30, Масло 5	Омлет 100, Чай 180, Батон 30, Масло 5, Сыр 8 Икра кабачковая 40	Каша пшеничная молочная, 200 Какао с молоком 180 Батон 30, Масло 5
<b>Второй завтрак</b>									
Сок 180	Яблоко 100	Напиток грушевый из дички 180 Печенье 20	Яблоко 100	Сок 125 Вафли 20	Напиток грушевый из дички 125	Яблоко 100	Сок 125 Вафли 20	Яблоко 100	Сок 180 Печенье 20
<b>Обед</b>									
Борщ со сметаной 200, Пюре картофельное 130, Котлета рыбная 80, Салат витаминный 60, Компот из смеси сухофруктов 180 Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 37	Суп с макаронными изделиями 200 Овощи тушеные 150, Компот из яблок 180, Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 37 Печень построгановски 70/30	Суп с крупой 200, Ёжики в томатно-сметанном соусе 80/30 Каша гречневая 110 Помидор свежий 60 Компот из смеси сухофруктов 180, Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 37	Суп гороховый 200 Котлета мясная 80 Икра свекольная 80, Пюре картофельное 110 Кисель фруктовый 180. Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 37	Свекольник со сметаной 200 Плов из птицы 180 Салат из свежих помидор и огурцов 50, Компот из смеси сухофруктов 180 Хлеб пшеничный 25, Хлеб ржаной 37	Суп с фрикадельками 200, Пюре картофельное 130 Котлета рыбная 80, Салат морковно-яблочный 50, Компот из яблок 180, Хлеб пшеничный 20, Хлеб ржаной 37	Суп картофельный с клецками 200, Суфле из печени 100/30, Каша пшеничная 110, Салат из горошка зеленого 50, Компот из смеси сухофруктов 180. Хлеб пшеничный 30, Хлеб ржаной 37	Борщ со сметаной 200, Гуляш из говядины 80, Каша гречневая 100, Помидор свежий 60, Компот из яблок 180, Хлеб пшеничный 25, Хлеб ржаной 37	Суп гороховый 200, Голубцы ленивые 120, Икра свекольная 80, Компот из смеси сухофруктов 180. Хлеб пшеничный 25, Хлеб ржаной 37	Суп с крупой 200, Рагу из птицы 180, Салат из свежих помидор и огурцов 50 Компот из яблок 180, Хлеб пшеничный 25, Хлеб ржаной 37
<b>Полдник</b>									
Вареники ленивые 130, Молоко кипяченое 180,	Печенье творожное 100, кефир 180	Капуста тушенная 150 Кофейный напиток на воде 180 Хлеб пшеничный 20	Ватрушка с творогом 80, Ряженка 180	Яйца варенные 40 Чай 180 Хлеб пшеничный 15 Яблоко 100 Икра кабачковая 40	Печенье творожное 100, кефир 180	Творожная запеканка со сметаной 100, Кисель молочный 180	Плов фруктовый 150, Какао с молоком 180	Овощи тушенные 180 Кофейный напиток с молоком сгущенным 180 Хлеб пшеничный 15	Булочка 75, Ряженка 160