

Утверждаю

Заведующий МАДОУ МО г. Краснодар

«Детский сад № 17»

А. Д. Исенбаева



## **ОСНОВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**По организации питания детей дошкольного возраста в МАДОУ  
МО г. Краснодар «Детский сад №17»**

### **ЗИМНИЙ ПЕРИОД**

## Сад

1 день понедельник		2 день вторник		3 день среда		4 день четверг		5 день пятница	
<b>Завтрак</b>									
Суп молочный манный *	200	Суп молочный с ячневой крупой *	200	Суп молочный с кукурузной крупой (200)*	200	Омлет натуральный *	85	Бутерброд с сыром *	40
Кофейный напиток с молоком (200)*	200	Бутерброд с маслом *	40	Какао с молоком *	180	Салат из горошка зеленого консервированного(60) *	60	Суп молочный с гречневой крупой *	200
Яйца вареные (40) *	40	Хлеб ржаной *	20	Бутерброд с джемом (40)*	40	Хлеб пшеничный 30 *	30	Хлеб ржаной *	20
Хлеб ржаной *	20	Чай с молоком (200) *	200	Хлеб ржаной *	20	Хлеб ржаной *	25	Чай с молоком (200) *	200
Бутерброд с сыром (45)*	45					Чай с сахаром(200)*	200/10	Яйца вареные (40) *	40
<b>Завтрак 2</b>									
Кефир *	180	Снежок (160)*	160	дичка *	200	вафли	30	груша	100
печенье (30)*	30					Ряженка(180)*	180		
<b>Обед</b>									
Борщ с капустой и картофелем(200)*	200	Суп картофельный с макаронными изделиями *	200	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200)*	200	Суп с рыбными консервами(200)*	200	Капуста тушеная *	150
Голубцы с мясом и рисом (100)*	100	Гуляш из отварного мяса (130)*	130	Картофель отварной *	155	Каша пшеничная *	100	Суп картофельный с бобовыми (200)*	200
Картофель, тушенный в соусе (120)*	120	Каша гречневая *	100	Селедка с луком(100)*	100	Гуляш из отварного мяса (гов)*	80	Гренки из пшеничного хлеба *	20
помидор соленый (30)*	30	Салат из свеклы с сыром(40)*	40	Хлеб пшеничный 30	20	Хлеб пшеничный 30 *	30	Котлеты рубленые (80)*	80
Хлеб ржаной *	20	Хлеб ржаной	20	Хлеб ржаной *	20	Салат из соленых огурцов с луком(40)*	40	огурец соленый	30
Хлеб пшеничный 30 *	30	Хлеб пшеничный 30 *	30	к 1 блюду сад *	20	Хлеб ржаной *	25	к 1 блюду сад *	20
к 1 блюду сад *	20	к 1 блюду сад *	20	лимонник (200)*	200	к 1 блюду сад *	20	Хлеб ржаной *	25
Компот из свежих ягод(200)*	200	Компот из сушеных фруктов (200)*	200			Компот из свежих яблок(200) *	200	Компот из сушеных фруктов (200)*	200
<b>Уплотненный полдник</b>									
Запеканка из творога с морковью(100)*	100	Рагу из овощей *	150	Макаронник с мясом *	165	Суп молочный с овсяными хлопьями "Геркулес" (200)*	200	Запеканка из творога *	130
соус джем (20)*	20	Булочка ванильная (50) *	50	Сок фруктовый *(180)	180	Ватрушки *	70	Хлеб пшеничный 15 *	15
Хлеб пшеничный 15 *	15	Сок фруктовый *(180)	180	Салат из квашеной капусты(40)*	40	Чай с молоком (200) *	200	Сок фруктовый *(180)	180
кисель *	180	Мандарины	100	Хлеб пшеничный 15 *	15	Апельсины с сахаром *	110	сгущенное молоко *	20
Яблоки *	120			Бананы *	120				

1 неделя

6 день понедельник		7 день вторник		8 день среда		9 день четверг		10 день пятница	
<b>Завтрак</b>									
Хлеб ржаной *	25	Суп молочный манный *	200	Суп молочный с овсяными хлопьями "Геркулес" (200)*	200	Омлет (85)*	85	Суп молочный с макаронными изделиями(200)*	200
Бутерброд с сыром (45)*	45	Хлеб ржаной *	25	Бутерброд с джемом (40)*	40	кукуруза *	30	Хлеб ржаной *	25
Кофейный напиток с молоком (200)*	200	Бутерброд с маслом *	40	Хлеб ржаной *	25	Хлеб ржаной *	25	Бутерброд с сыром *	40
Суп молочный с пшенной крупой (200)*	200	Чай с молоком (200) *	200	Какао с молоком *	180	Бутерброд с маслом *	40	Кофейный напиток с молоком (200)*	200
Яйца вареные (40) *	40					Чай с сахаром *	180/10		
<b>Завтрак 2</b>									
Йогурт (200)*	200	Кефир (160)*	160	дичка *	200	Ряженка(180)*	180	Снежок (160)*	160
печенье (30)*	30	пряник *	30			вафли	30	печенье (30)*	30
<b>Обед</b>									
Щи из квашеной капусты с картофелем(200)*	200	Рассольник ленинградский (200)*	200	Суп картофельный с макаронными изделиями *	200	Бульон рыбный (200)*	200	Бульон мясной концентрированный из кур(200) *	200
Каша гречневая *	100	Салат из квашеной капусты(40)*	40	Тефтели рыбные паровые(80) *	80	Жаркое подомашнему(200) *	200	Гренки из пшеничного хлеба *	20
Фарш мясной с луком(80)*	80	Гуляш из отварного мяса (130)*	130	Каша перловая *	120	Салат из квашеной капусты(40)*	40	Яйца вареные (40) *	40
Салат из соленых огурцов с луком(40)*	40	Картофель отварной 336	100	помидор соленый (30)*	30	Хлеб ржаной *	25	к 1 блюду сад *	20
к 1 блюду сад *	20	к 1 блюду сад *	20	Хлеб пшеничный 30 *	30	Хлеб пшеничный 30 *	30	Свекла, тушенная в сметане *	150
Хлеб пшеничный 30 *	30	Хлеб пшеничный 30 *	30	Хлеб ржаной *	25	к 1 блюду сад *	20	Тефтели куриная(80)*	80
Хлеб ржаной *	25	Хлеб ржаной *	25	к 1 блюду сад *	20	Компот из сушеных фруктов (200)*	200	помидор соленый (30)*	30
Компот из свежих ягод(200)*	200	Компот из изюма(200)*	200	лимонник (200)*	200			Хлеб ржаной *	25
								Компот из свежих яблок(200) *	200
<b>Уплотненный полдник</b>									
Запеканка из творога *	130	Сок фруктовый *(180)	180	Макароны отварные с сыром *	100	Суп молочный рисовый протертый *	200	Пудинг из моркови с маслом (3-7)	155
Хлеб пшеничный 15 *	15	плов сладкий *	100	икра кабачковая *	40	Ватрушки *	70	Хлеб пшеничный 15 *	15
Чай с сахаром(200)*	200/10	Бананы *	120	Яйца вареные (40) *	40	Чай с молоком (200) *	200	Сок фруктовый *(180)	180
соус из киселя *	20	Крендель сахарный	69	Сок фруктовый *(180)	180	Яблоки *	120	сгущенное молоко	20
груша	100			Хлеб пшеничный 15 *	15			Мандарины	100
				Апельсины с сахаром *	110				

2 неделя

# Ясли

1 день понедельник		2 день вторник		3 день среда		4 день четверг		5 день пятница	
<b>Завтрак</b>									
Кофейный напиток с молоком	180	Суп молочный с ячневой крупой *	180	Суп молочный с кукурузной крупой(180) *	180	Омлет натуральный *	65	Суп молочный с гречневой крупой *	180
Яйца вареные (40) *	40	Бутерброд с маслом *	30	Какао с молоком *	180	Салат из горошка зеленого консервированного(40) *	40	Бутерброд с сыром (45)*	45
Суп молочный манный *	200	Хлеб ржаной *	20	Бутерброд с джемом (40)*	40	Чай с сахаром *	180/10	Чай с молоком *	180
Бутерброд с сыром *	40	Чай с молоком *	180	Хлеб ржаной *	20	Хлеб ржаной *	20	Хлеб ржаной *	20
Хлеб ржаной *	20					Хлеб пшеничный 20 *	20		
<b>Завтрак 2</b>									
Кефир (160)*	160	Снежок (160)*	160	Сок фруктовый *(180)	180	Ряженка(180)*	180	груша	100
<b>Обед</b>									
Борщ с капустой и картофелем (180)*	180	Суп картофельный с макаронными изделиями (180)*	180	Суп картофельный с мясными фрикадельками (180)*	180	Суп с рыбными консервами(180)*	180	Суп картофельный с бобовыми *	180
Картофель, тушенный в соусе (100)*	100	Гуляш из отварного мяса	80	Селедка с луком(80)	80	Каша пшеничная *	100	Капуста тушеная *	100
Голубцы с мясом и рисом (100)*	100	Каша гречневая (80)*	80	Картофель отварной *	100	Гуляш из отварного мяса (гов)*	80	Котлеты рубленые *	60
помидор соленый (30)*	30	Хлеб ржаной *	20	Хлеб пшеничный 30	20	Хлеб ржаной *	20	огурец соленый	30
Хлеб пшеничный 20 *	20	Хлеб пшеничный 20 *	20	Хлеб ржаной *	20	Хлеб пшеничный 30 *	30	Хлеб ржаной *	20
Хлеб ржаной	20	Компот из сушеных фруктов (180)*	180	лимонник *	180	Салат из соленых огурцов с луком(40)*	40	Хлеб пшеничный 30 *	30
Компот из свежих ягод(180)*	180					Компот из свежих яблок *	180	Компот из сушеных фруктов (180)*	180
<b>Уплотненный полдник</b>									
Хлеб пшеничный 15 *	15	Рагу из овощей (100)*	100	Макаронные изделия отварные с маслом (100)*	100	Суп молочный с овсяными хлопьями "Геркулес" *	180	Запеканка из творога *	65
Запеканка из творога с морковью(100)*	100	Булочка ванильная (50) *	50	Сок фруктовый *(180)	180	Чай с молоком *	180	Хлеб пшеничный 15 *	15
соус джем (20)*	20	Сок фруктовый *	180	Салат из квашеной капусты(40)*	40	Ватрушки (50)*	50	Сок фруктовый *(180)	180
кисель	150			Хлеб пшеничный 15 *	15	Апельсины с сахаром *	80	сгущенное молоко	20
Яблоки (80)*	80								

1 неделя

6 день понедельник		7 день вторник		8 день среда		9 день четверг		10 день пятница	
<b>Завтрак</b>									
Суп молочный с пшенной крупой (180)*	180	Суп молочный манный *	180	Суп молочный с овсяными хлопьями "Геркулес" *	180	Омлет (65)*	61	Суп молочный с макаронными изделиями(180)*	180
Бутерброд с сыром (45)*	45	Хлеб ржаной *	20	Бутерброд с джемом (40)*	40	кукуруза *	30	Бутерброд с сыром	40
Хлеб ржаной *	20	Бутерброды с маслом	40	Хлеб ржаной *	20	Хлеб ржаной *	20	Кофейный напиток с молоком	180
Кофейный напиток с молоком	180	Чай с молоком *	180	Какао с молоком *	180	Хлеб пшеничный 20 *	20	Хлеб ржаной *	20
						Чай с сахаром	150/7		
<b>Завтрак 2</b>									
Йогурт (180)*	162	Кефир (160)*	160	Сок фруктовый *(180)	180	Ряженка(180)*	180	Снежок (160)*	160
<b>Обед</b>									
Щи из квашеной капусты с картофелем(180)*	180	Рассольник ленинградский (180)*	180	Суп картофельный с макаронными изделиями (180)*	180	Бульон рыбный (180)*	180	Бульон мясной концентрированный из кур(180) *	180
Каша гречневая (80)*	80	Гуляш из отварного мяса	80	Тефтели рыбные паровые(80) *	80	Жаркое по-домашнему *(160я)	160	Гренки из пшеничного хлеба *	20
Фарш мясной с луком(60)*	60	Картофель отварной *	100	помидор соленый (30)*	30	Салат из квашеной капусты(40)*	40	Яйца вареные (40) *	40
Салат из соленых огурцов с луком(40)*	40	Салат из квашеной капусты(40)*	40	Каша перловая(80) *	80	Хлеб ржаной *	20	Тефтели куринная(60)*	60
Хлеб пшеничный 20 *	20	Компот из изюма(180)*	180	Хлеб ржаной *	20	Хлеб пшеничный 20 *	20	Свекла, тушенная в сметане *	80
Хлеб ржаной *	20	Хлеб ржаной *	20	Хлеб пшеничный 30 *	30	Компот из сушеных фруктов (180)*	180	помидор соленый (30)*	30
Компот из свежих ягод(180)*	180	Хлеб пшеничный 20 *	20	лимонник *	180			Хлеб ржаной *	20
								Компот из свежих яблок *	180
<b>Уплотненный полдник</b>									
Запеканка из творога	65	Сок фруктовый *(180)	180	Макароны отварные с сыром *	100	Суп молочный рисовый протертый *	180	Пудинг из моркови с маслом (1-3)	105
соус из киселя *	20	плов сладкий *	100	икра кабачковая *	30	Ватрушки (50)*	50	Хлеб пшеничный 15 *	15
Чай с сахаром *	180/10	Крендель сахарный	69	Яйца вареные (40) *	40	Чай с молоком *	180	Сок фруктовый *(180)	180
Хлеб пшеничный 15 *	15	Бананы (60)*	60	Сок фруктовый *	180	Яблоки (80)*	80	сгущенное молоко	20
груша	100			Хлеб пшеничный 15 *	15			Мандарины	100
				Апельсины с сахаром *	80				

2 недели