

Утверждено Приказом №158 от 30.10.2024

Заведующий МБДОУ "Детский сад" п.Котельский

Т.В. Николаева

Меню с 01.11. 2024 года группы "Дюймовочка" 12- часовое пребывание

МБДОУ "Детский сад" п. Котельский

1 день			2 день			3 день			4 день			5 день							
Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница							
Ясли	Сад		Ясли	Сад		Ясли	Сад		Ясли	Сад		Ясли	Сад						
завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	180	190	Каша манная молочная	180	190	Каша пшеничная молочная	180	190	Каша молочная рисовая	180	190	Омлет с овощами	150	160				
													Зеленый горошек	30	30				
	Какао-напиток на молоке	150	180	Чай с сахаром	150	180	Кофейный напиток витаминизированный	150	180	Какао-напиток на молоке	150	180	Молоко кипяченое	150	180				
	Батон нарезной обогащенный	15	25	Батон нарезной обогащенный	15	20	Батон нарезной обогащенный	15	25	Батон нарезной обогащенный	15	20	Батон нарезной обогащенный	15	25				
	Масло сливочное	5	5	Сыр	5	10	Масло сливочное	5	5	Сыр	5	10	Масло сливочное	5	5				
	350/400	350	400		350	400		350	400		350	400		350	400				
Завтрак 2			Завтрак 2			Завтрак 2			Завтрак 2			Завтрак 2							
						Молоко кипяченое			100	100									
Фрукт 100/100			100	100	Сок фруктовый			100	100	Печенье			20	30	Фрукт			100	100
обед	Салат из отварной свеклы с чесноком и раст маслом	50	70	Салат из свежей капусты с зеленым горошком и раст.маслом	50	70				Салат из свежей моркови с чесноком и раст.маслом	50	70	Салат из свежей капусты и моркови с раст. маслом	50	70				
	Суп гороховый	150	180	Суп овощной с мясными фрикадельками	150	180	Рассольник "Ленинградский"	150	180	Суп Крестьянский	150	180	Борщ с фасолью и сметаной	150	180				
	Гренки из пшеничного хлеба	10	15	Запеканка картофельная с мясом	160	200	Ленивые голубцы	180	200	Котлеты рыбные	70	90	Макароны отварные с маслом	110	130				
	Каша гречневая рассыпчатая	110	130	Компот из сухофруктов	150	180	Компот из сухофруктов	150	180	Пюре картофельное	110	130	Котлета куриная	50	70				
	Гуляш из отварного мяса	50	70	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40	Соус томатный	10	15	Соус томатный	10	15				
	Соус томатный	10	15						Компот из сухофруктов	150	180	Компот из сухофруктов	150	180					
	Компот из сухофруктов	150	180						Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40					
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40																
450/600	560	700		540	670		510	600		570	705		550	685					
У с и л е н н ы й п о л	Рыба, запеченная с картофелем	130	150	Пудинг из творога	110	130	Макаронные изделия отварные с маслом и сыром	130	150	Ленивые творожные вареники	110	130	Тушеная капуста с курой	150	180				
	Чай с сахаром	150	180	Соус сладкий сметанный	15	20	Чай с сахаром	150	180	Соус сладкий сметанный	15	20	Напиток из плодов шиповника	150	180				
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	20	Кофейный напиток на молоке	150	180	яйцо отварное	30	30	Чай с сахаром	150	180	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	25				
	фрукт	60	70	фрукт	60	70	фрукт	60	70	фрукт	60	70	фрукт	60	70				
	200/250	355	420		335	400		370	430		335	400		380	455				
	1100	1350		1365	1620		1325	1570		1350	1560		1355	1605		1380	1640		

2 б день			7 день			8 день			9 день			10 день			
	Понедельник	Ясли	Сад	Вторник	Ясли	Сад	Среда	Ясли	Сад	Четверг	Ясли	Сад	Пятница	Ясли	Сад
з а в т р а к	Каша пшеничная молочная	180	190	Омлет	150	160	Суп молочный с макаронными изделиями	180	190	Каша из смеси круп "Дружба" /рис+пшено/молочная	180	190	Омлет	150	160
				Зеленый горошек/ кукуруза	30	30							Зеленый горошек	30	30
	Кофейный напиток витаминизированный на молоке	150	180	Какао-напиток на молоке	150	180	Чай с сахаром	150	180	Какао-напиток на молоке	150	180	Кофейный напиток витаминизированный на молоке	150	180
	Батон нарезной обогащенный	15	20	Батон нарезной обогащенный	15	25	Батон нарезной обогащенный	15	20	Батон нарезной обогащенный	20	30	Батон нарезной обогащенный	15	25
	Масло сливочное 350/400	5	10	Масло сливочное	5	5	Сыр	5	10	Сыр	5	10	Масло сливочное	5	5
2 завтрак	Фрукт	100	100	Фрукт	100	100	Сок фруктовый	100	100	Фрукт	100	100	Фрукт	100	100
о б е д	Салат из отварной свеклы с чесноком и раст. маслом	50	70	Суп с яйцом на курином бульоне	150	180	Салат из свежей капусты и моркови с раст.маслом	50	70	Салат из отварной свеклы с чесноком и раст. маслом	50	70	Салат из свежей моркови с чесноком и раст. маслом	50	70
	Суп рыбный	150	180	Рагу овощное (капуста, лук, морковь,картофель)	110	130	Суп с клецками	150	180	Щи из квашеной капусты с картофелем	150	180	Суп овощной с мясными фрикадельками	150	180
	Жаркое по-домашнему	160	200	Фрикадельки мясные	50	70	Тефтели мясо-крупяные	80	90	Суфле из рыбы	70	90	Жаркое по-домашнему	160	200
	Компот из сухофруктов	150	180	Соус томатный	10	15	Пюре картофельное	110	130	Рис отварной с овощами	110	130			
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40	Компот из сухофруктов	150	180	Компот из сухофруктов	150	180	Соус томатный	10	15			
				Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40	Компот из сухофруктов	150	180	Компот из сухофруктов	150	180
			Гренки из пшенич. хлеба	20	25				Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40	
	450/600	540	670		520	640		520	620		570	705		540	670
у с и л е о н д ы н й п к	Запеканка творожная	110	130	Каша гречневая с маслом	110	130	Омлет с овощами	130	150	Каша кукурузная молочная	130	150	Сырники творожные	110	130
	Соус сметанный сладкий	10	15	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	20	Кофейный напиток витаминизированный на	150	180	Напиток из плодов шиповника	150	180	Молоко кипяченое	150	180
	Чай с сахаром	150	180	Молоко кипяченое	150	180	Хлеб дарницкий	15	20	Ватрушка с творогом/повидлом	40	50	Соус сметанный сладкий	10	15
	фрукт	60	70	фрукт	60	70	фрукт	60	70	фрукт	60	70	фрукт	60	70
	200/250	330	395		335	400		355	420		380	450		330	395

1100 1350

1320 1565

1305 1540

1325 1540

1405 1665

1320 1565

3 11 день				12 день				13 день				14 день				15 день				
Понедельник				Вторник				Среда				Четверг				Пятница				
		Ясли	Сад			Ясли	Сад			Ясли	Сад			Ясли	Сад			Ясли	Сад	
з а в т р а к	Каша кукурузная молочная	180	190	Каша пшеничная молочная	180	190	Омлет	150	160	Каша пшеничная молочная	180	190	Каша овсяная молочная	180	190					
							зеленый горошек/кукуруза консервированная	30	30											
	Какао-напиток витаминизированный на молоке	150	180	Кофейный напиток витаминизированный с молоком	150	180	Какао-напиток с молоком	150	180	Кофейный напиток витаминизированный на молоке	150	180	Чай с сахаром	150	180					
	Батон нарезной обогащенный	15	20	Батон нарезной обогащенный	15	25	Батон нарезной обогащенный	15	20	Батон нарезной обогащенный	20	30	Батон нарезной обогащенный	15	20					
	Сыр	5	10	Масло сливочное	5	5	Сыр	5	10				Сыр	5	10					
350/400		350	400			350	400			350	400			350	400			350	400	
2 завтр ак	Фрукт	100	100	Фрукт	100	100	Фрукт	100	100	Фрукт	100	100	Фрукт	100	100			Фрукт	100	100
о б е д				Салат из свежей моркови с чесноком и раст. маслом	50	70	Салат из отварной свеклы с чесноком и раст. маслом	50	70	Салат из свежих огурцов с раст. маслом	50	70	Салат из отварной свеклы с зел.горошком и раст.маслом	50	70					
	Суп гороховый	150	180	Щи из свежей капусты с сметаной	150	180	Рассольник "Ленинградский"	150	180	Борщ с фасолью и сметаной	150	180	Щи из квашеной капусты	150	180					
	Гренки из пшеничного хлеба	10	15	Котлета рыбная,запеченная в соусе	70	90	Плов из курицы	160	200	Котлета куриная	65	90	Рулет мясной/соус сметанный	65	90					
	Биточки из говядины,запеченные с соусом молочным	60	90	Картофель,запеченный в сметане	110	130	Компот из сухофруктов	150	180	Макароны с маслом	110	130	Пюре картофельное	110	130					
	Капуста тушеная	120	130	Компот из сухофруктов	150	180	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40	Компот из сухофруктов	150	180	Компот из сухофруктов	150	180					
	Компот из сухофруктов	150	180	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40				Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40					
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40																	
450/600		520	635			560	690			540	670			555	690			555	690	
У с и п л о е л н д н н и й к	Омлет с овощами	130	150	Ленивые творожные вареники	110	130	Каша манная молочная	110	130	Рыба, запеченная с яйцом	110	130	Голубцы ленивые	150	180					
	Сок	150	180	Соус сладкий сметанный	15	20	Чай с сахаром	150	190	Зеленый горошек консервированный	30	40	Сок	150	180					
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	20	Чай с сахаром	150	180	Ватрушка с повидлом	40	50	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	20	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	20					
										Напиток из плодов шиповника	150	180								
	фрукт	60	70	фрукт	60	70	фрукт	60	70	фрукт	60	70	фрукт	60	70					
200/250		355	420			335	400			360	440			305	370			375	450	
		1100	1350																	
		1325	1555			1345	1590			1350	1610			1310	1560			1380	1640	

4 16 день			17 день			18 день			19 день			20 день			
з а в т р а к	Понедельник	Ясли	Сад	Вторник	Ясли	Сад	Среда	Ясли	Сад	Четверг	Ясли	Сад	Пятница	Ясли	Сад
		Каша манная молочная	180	190	Каша овсяная молочная	180	190	Омлет	150	160	Каша ячневая молочная	180	190	Каша пшеничная молочная	180
							зеленый горошек/кукуруза консервированная	30	30						
	Какао с молоком	150	180	Кофейный напиток с молоком	150	180	Чай с сахаром	150	180	Кофейный напиток витаминизированный на молоке	150	180	Какао с молоком	150	180
	Батон нарезной обогащенный	15	25	Батон нарезной обогащенный	15	20	Батон нарезной обогащенный	15	25	Батон нарезной обогащенный	15	20	Батон нарезной обогащенный	15	25
	Масло сливочное	5	5	Сыр	5	10	Масло сливочное	5	5	Сыр	5	10	Масло сливочное	5	5
	350/400	350	400		350	400		350	400		350	400		350	400
2 завтр ак	Фрукт	100	100	Молоко кипяченое/Печенье	100/20	100/30	Фрукт	100	100	Фрукт	100	100	Фрукт	100	100
о б е д	Салат из свежей моркови с чесноком и раст. маслом	50	70				Салат из свежих огурцов с репчатым луком	50	70	Салат из отварной свеклы с чесноком и раст. маслом	50	70	Салат из свежей моркови с чесноком и раст. маслом	50	70
	Свекольник с яйцом со сметаной	150	180	Суп рыбный	150	180	Щи из свеж.капусты с сметаной	150	180	Рассольник "Ленинградский"	150	180	Щи из квашеной капусты	150	180
	Котлета рыбная	70	90	Капуста тушеная	120	130	Суфле из рыбы	70	90	Рулет из отварного мяса/соус томатный	65	90	Пюре картофельное	110	130
	Рис отварной	110	130	Фрикадельки мясные	65	90	Рис с овощами	110	130	Макаронные изделия с маслом	110	130	Печень по-строгановски	65	90
	Компот из сухофруктов	150	190	Компот из сухофруктов	150	180	Компот из сухофруктов	150	180	Компот из сухофруктов	150	180	Компот из сухофруктов	150	180
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	50	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40
	450/600	560	700		515	620		560	690		555	700		555	690
	Огурец свежий порционный	20	30	Салат из отварной свеклы с раст. маслом	50	70							Зеленый горошек консервированный/ кукуруза	30	40
у с п о л е л н д н н ы й к	Картофель, запеченный в сметане	130	160	Каша гречневая рассыпчатая	130	150	Каша кукурузная молочная	180	190	Сырники творожные	130	150	Рыба, запеченная с яйцом	130	150
	Чай сладкий	150	180	Напиток из плодов шиповника	150	180	Чай с лимоном и сахаром	150	180	Напиток из плодов шиповника	150	180	чай	150	180
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	25	Батон нарезной	15	20	Ватрушка с творогом/повидлом	40	50	Соус сладкий сметанный	10	15	Хлеб ржано-пшеничный обог	15	20
	фрукт	60	70	фрукт	60	70	фрукт	60	70	фрукт	60	70	фрукт	60	70
		200/250	360	435		405	490		430	490		350	415		355
		1100	1350												
		1370	1635		1270	1520		1440	1680		1355	1615		1360	1610

5 21 день

22 день

23 день

8	Понедельник	Ясли	Сад	Вторник	Ясли	Сад	Среда	Ясли	Сад
з а в т р а к	Омлет с овощами	150	160	Каша молочная из овсяных хлопьев	180	190	Каша пшеничная молочная	180	190
	Зеленый горошек/кукуруза консервированная	30	30						
	Кофейный напиток с молоком	150	180	Чай сладкий	150	180	Какао с молоком	150	180
	Батон нарезной обогащенный	15	25	Батон нарезной обогащенный	15	25	Батон нарезной обогащенный	15	25
	Сыр	5	5	Сыр	5	5	Сыр	5	5
	350	400		350	400		350	400	
2 завтр ак	Фрукт	100	100	Фрукт	100	100	Фрукт	100	100
о б е д	Салат из отварной свеклы с чесноком и раст. маслом	50	70	Гренки из пшеничного хлеба	20	25	Салат из свежих огурцов, репч.луком и раст.маслом	50	70
	Суп Крестьянский со сметаной	150	180	Суп на курином бульоне с яйцом	150	180	Суп свекольный со сметаной и яйцом	150	180
	Жаркое по - домашнему	160	200	Капуста тушеная	110	130	Печень по -строгановски	65	90
	Компот из сухофруктов	150	180	Суфле из кури	70	90	Рис с овощами	110	130
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40	Компот из сухофруктов	150	180	Компот из сухофруктов	150	180
			Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	40	
	540	670		530	645		555	690	
у с и П л о е л н д н н ы и й к	Каша манная молочная	180	190	Каша гречневая рассыпчатая	130	150	Вареники ленивые творожные	130	150
	Напиток из плодов шиповника	150	180	Молоко кипяченое	150	180	Чай с сахаром	150	190
	Ватрушка с повидлом	40	50	Батон нарезной обогащенный	15	20	Соус сладкий сметанный	10	20
	фрукт	60	70	фрукт	60	70	фрукт	60	70
		430	490		355	420		350	430
	1100	1350							
	1420	1660		1335	1565		1355	1620	