

МЕНЮ

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ №35

ЦИКЛИЧНОЕ ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ  
с 12-ти часовым пребыванием в МБДОУ № 35 осень - зима  
возрастная категория с 1 до 3 лет (ясли 12 часов)

Е.А. Меланьина  
приказ от 01.09.2025 № 119

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША ПШЕННАЯ 150	КАША РИСОВАЯ 150	КАША МАННАЯ 150	ЛАПША МОЛОЧНАЯ 150	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 150	КАША МАННАЯ 150	КАША РИСОВАЯ 150	КАША ПШЕННАЯ 150	КАША РЯБЧИК 150	КАША ДРУЖБА 150
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8
СЫР (ПОРЦИЯМИ) 7	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 7	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 7	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 7	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КАКАО С МОЛОКОМ 150	КОФЕ С МОЛОКОМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	КОФЕ С МОЛОКОМ 150
ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ 150/7	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ	КАКАО С МОЛОКОМ 150	КОФЕ С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ 150/6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30					
МАРМЕЛАД 19									
II Завтрак									
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 108	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 108	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 108	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 108	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 108	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 108	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 108	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 108	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 108	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 108
Обед									
ИКРА КАБАЧКОВАЯ 50	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ(САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ) 50	ПОМИДОР,ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ(ПОМИДОР СВЕЖИЙ,ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ) 50	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ) 50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 40	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 60	ПОМИДОР СОЛЁНЫЙ (ПОМИДОР СВЕЖИЙ) 50	СВЕКЛА КУСКОМ 50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 45
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБНЫЙ СМЕТАНОЙ 150	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ	БОРЩ С КУРИЦЕЙ СМЕТАНОЙ 150/7	ЩИ С МЯСОМ СМЕТАНОЙ 150	СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ КЛЁЦКАМИ 150	СУП СНЕЖОК С КУРИЦЕЙ 150	РОССОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ СМЕТАНОЙ 150	СУП СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ 150/7
РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЯЙЦОМ 85	ЖАРКОЕ ПОДОМАШНЕМУ150	КОТЛЕТА КУРИНАЯ 70	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 150	ПЛОВ С МЯСОМ 150	ГУЛЯШ МЯСНОЙ 70	БИТОЧЕК МЯСНОЙ 70	СУФЛЕ КУРИННОЕ 70	СОЛЯНКА С МЯСОМ 150	КОТЛЕТА МЯСНАЯ 70
КАПУСТА ТУШЕНАЯ 100	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 100	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 150	ГРЕЧА ОТВАРНАЯ 80	КАПУСТА ТУШЁНАЯ 100	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 100	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 80
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 150	КАМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КАМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 150
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40			ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
Полдник									
ОМЛЕТ 140	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 60	ЛАПШЕВНИК 160	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С ТУШЕНЫМИ ОВОЩАМИ 100/40	ВИНЕГРЕТ 115	РЫБА В ОМЛЕТЕ 180	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ТУШЕНОЙ(САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ МОРКОВИ) 50	КОТЛЕТА РЫБНАЯ 80	БЛИН С ПОВИДЛОМ 100/20	САЛАТ ИЗ ТУШЁНОЙ МОРКОВИ (САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ МОРКОВИ)45
СВЕКЛА КУСКОМ 40	ПУДИНГ ТВОРОЖНО-МАННЫЙ С ПОВИДЛОМ 130/15	КИСЕЛЬ 150	РИС ОТВАРНОЙ 70	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ 150/7	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЛУКОМ 55	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МАННАЯ С ЯГОДАМИ ПРОТЕРТЫМИ 130/20	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ 130	САЛАТ ЗИМНИЙ 70	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕНКОЙ 125/35
ПИРОГ С ПОВИДЛОМ 80	БУЛКА ДОМАШНЯЯ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	МОЛОКО 150	ПИРОГ С РИСОМ И ЯЙЦОМ 100	КОФЕ С МОЛОКОМ 150	МОЛОКО 150	ЧАЙ СЛАДКИЙ 150	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ 150/6	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150
КОФЕ С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	ВАФЛИ 22	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ВАФЛИ 22
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15						ПЕЧЕНЬЕ 20		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30