

ЦИКЛИЧНОЕ ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ
с 12-ти часовым пребыванием в МБДОУ № 35 осень - зима
возрастная категория с 3 до 7 лет (сад 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 200	КАША РИСОВАЯ 200	КАША МАННАЯ 200	ЛАПША МОЛОЧНАЯ 200	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 200	КАША МАННАЯ 200	КАША РИСОВАЯ 200	КАША ПШЕННАЯ 200	КАША РЯБЧИК 200	КАША ДРУЖБА 200
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	КОФЕ С МОЛОКОМ 200	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ 200/7	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕ С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕ С МОЛОКОМ 200
СЫР (ПОРЦИЯМИ) 7	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 7	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 7	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 7	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 8
ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ 200/8	КАКАО С МОЛОКОМ 200	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 7	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕ С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40					
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 (СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ) 60	ПОМИДОР,ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ(ПОМИДОР СВЕЖИЙ,ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ) 50	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ(САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ) 50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 60	ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ (ПОМИДОР СВЕЖИЙ)50	СВЕКЛА КУСКОМ 50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 50
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБНЫЙ СМЕТАНОЙ 200/8	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ 200	БОРЩ С КУРИЦЕЙ СМЕТАНОЙ 200/8	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ СМЕТАНОЙ 200/8	СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ КЛЁЦКАМИ СМЕТАНОЙ 200/8	СУП СНЕЖОК С КУРИЦЕЙ 200	РОССОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ СМЕТАНОЙ 200/8	СУП СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ СМЕТАНОЙ200/8
РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЯЙЦОМ 95	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ 200	КОТЛЕТА КУРИНАЯ 80	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200	ПЛОВ С МЯСОМ 200	ГУЛЯШ МЯСНОЙ 80	БИТОЧЕК МЯСНОЙ 80	СУФЛЕ ИЗ КУРИЦЫ 80	СОЛЯНКА С МЯСОМ 200	КОТЛЕТА МЯСНАЯ 80
КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	ГРЕЧА ОТВАРНАЯ 120	КАПУСТА ТУШЁНАЯ 130	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 200	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 120
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50		ХЛЕБ РЖАНОЙ 50			ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50		ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
Полдник									
ОМЛЕТ 140	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 60	ЛАПШЕВНИК 160	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С ТУШЕНЫМИ ОВОЩАМИ 100/40	ВИНЕГРЕТ 125	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)55
СВЕКЛА КУСКОМ 55	ПУДИНГ ТВОРОЖНО-МАННЫЙ С ПОВИДЛОМ 150/15	КИСЕЛЬ 200	РИС ОТВАРНОЙ 70	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ 200/8	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С ЛУКОМ 55	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МАННАЯ С ЯГОДАМИ ПРОТЁРТЫМИ 150/30	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ 150	САЛАТ ЗИМНИЙ 70	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕНКОЙ 140/35
ПИРОГ С ПОВИДЛОМ 80	БУЛКА ДОМАШНЯЯ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	МОЛОКО 200	ПИРОГ С РИСОМ И ЯЙЦОМ 100	КОФЕ С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/7	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ 200/8	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200
КОФЕ С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	ВАФЛИ 22	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ВАФЛИ 22
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40							ПЕЧЕНЬЕ 24		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40