

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МКДОУ № 35

\_\_\_\_\_ /Андрелис В.В./

Приказ № 69-А от 01.09.2024 г.

## ОСНОВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад комбинированного вида №35»

1-я неделя

	ЗАВТРАК □	ВЫХОД		ОБЕД □	ВЫХОД		ПОЛДНИК □	ВЫХОД		УЖИН □	ВЫХОД		
	8:00 - 8:30	ясли	сад	11:30 - 12:30	ясли	сад	15:00 - 15:25	ясли	сад	16:30 - 17:00	ясли	сад	
Понедельник	Каша пшеничная молочная с маслом	150 3	200 3	Суп вермишелевый на мясе или курице со сметаной	150 5	200 5	Чай несладкий с Печеньем	150	200	Плов с фруктами,	100	130	
	Чай сладкий с лимоном	150	200	Картофель мятый с куриными окорочками,	100	130		20	20				Чай сладкий
	Бутерброд	40	50	или рулет мясной с яйцом, греча, томатный соус	50 100 5	70 130 5		Фрукт (яблоко или банан или апельсин или мандарин)	100	150	Омлет	70	120
	с маслом	5	5	или гуляш мясной,	100	130							
	и сыром	7	7	или плов	100	130							
				Компот из с/ф + витамин "С"	150	200							
			Хлеб, чеснок	40	60								
Вторник	Каша геркулесовая молочная с маслом	150 3	200 3	Свекольник на курице со сметаной	150 5	200 5	Фрукт (яблоко или банан или апельсин или мандарин)	100	150	и булочка с маком, или булочка с изюмом, или ватрушка с творогом,	80	80	
	Какао молочное	150	200	Сосиска отварная	45/55	45/55							
	Бутерброд	40	50	Макаронны с маслом	90	120							
	с маслом	5	5	Компот из изюма и кураги + Витамин "С"	150	200							
			Хлеб, Чеснок	40	60				или пирожок с капустой				
									Чай несладкий	150	200		

	ЗАВТРАК □	ВЫХОД		ОБЕД □	ВЫХОД		ПОЛДНИК □	ВЫХОД		УЖИН □	ВЫХОД	
	8:00 - 8:30	ясли	сад	11:30 - 12:30	ясли	сад	15:00 - 15:25	ясли	сад	16:00 - 16:30	ясли	сад
Среда	Каша гречневая молочная с маслом	150 3	200 3	Суп с рисом на курице, или суп гороховый на курице	150 150	200 200	Сок	130 130	160 160	Творожная запеканка с повидлом	150 20	200 20
	Чай сладкий с лимоном	150	200	Ёжики мясные или с курой в сметане	80 5	80 5				Чай несладкий	150	200
	Бутерброд с маслом и сыром	40 5	50 5	Икра свекольная	70	120						
		7	7	Компот из с/ф + Витамин "С"	150	200						
				Хлеб, Чеснок	40	60						
Четверг	Каша манная молочная с маслом	150 3	200 3	Бульон куриный с гренками	150 15	200 20	Молочно-кислый продукт (кефир или ряженка)	120 120	150 150	Рагу овощное	100	130
				Картофель мятый с куриными окорочками	100	130				или капуста тушеная с сосиской	120 30	150 30
	Кофейный напиток молочный	150	200	или Картофельная запеканка с куриными окорочками, томатный соус	100 5	130 5				Чай несладкий с	150	200
	Бутерброд с маслом	30 5	40 5	Салат из квашеной капусты	40	50				Вафлей	20	20
				Компот из кураги и чернослива + Витамин "С"	150	200						
				Хлеб, Чеснок	40	60						
Пятница	Каша рисовая молочная с маслом	150 3	200 3	Щи из свежей капусты на курице со сметаной	150 5	200 5	Молоко с печеньем	150 20	200 20	Сырники со сгущенным молоком	150 20	200 20
	Чай сладкий с лимоном	150	200	Оладьи из печени или котлета рыбная	60	80				Чай несладкий	150	200
	Бутерброд с маслом	30 5	40 5	с рисом, томатный соус	90 5	120 5						
				Компот из изюма и чернослива + Витамин "С"	150	200						
				Хлеб, Чеснок	40	60						

2-я неделя

	ЗАВТРАК□	выход		ОБЕД□	выход		ПОЛДНИК□	выход		УЖИН	выход	
	8:00 - 8:30	ясли	сад	11:30 - 12:30	ясли	сад	15:00 - 15:25	ясли	сад	16:00 - 16:30	ясли	сад
Понедельник	Каша пшеничная молочная с маслом	150 3	200 3	Суп картофельный на мясе или курице со сметаной	150 5	200 5	Чай несладкий с Печеньем	150	200	Омлет с долькой огурца (свежего или соленого)	70 15	120 20
	Чай сладкий с лимоном	150	200	Ленивые голубцы со сметаной	150 5	200 5		20	20	или рыбная котлета с рисом,	60	80
	Бутерброд с маслом и сыром	30 5 7	40 5 7	Компот из с/ф + Витамин "С"	150	200				или с картофельным пюре, или с картофелем отварным	90	120
				Хлеб, Чеснок	40	60				Чай сладкий	150	200
Вторник	Каша гречневая молочная с маслом	150 3	200 3	Борщ на курице со сметаной	150 5	200 5	Фрукт (яблоко или банан или апельсин или мандарин)	100	150	Оладьи с повидлом	80 20	80 20
	Какао молочное	150	200	Сосиска отварная,	45/55	45/55				Чай несладкий	150	200
	Бутерброд с маслом	30 5	40 5	Макароны с маслом	90	120						
				Компот из изюма и кураги + Витамин "С"	150	200						
			Хлеб, Чеснок	40	60							

	ЗАВТРАК□	ВЫХОД		ОБЕД□	ВЫХОД		ПОЛДНИК□	ВЫХОД		УЖИН□	ВЫХОД				
	8:00 - 8:30	ясли	сад	11:30 - 12:30	ясли	сад	15:00 - 15:25	ясли	сад	16:00 - 16:30	ясли	сад			
Среда	Каша геркулесовая молочная с маслом	150 3	200 3	Щи из свежей капусты на курице со сметаной	150 5	200 5	Сок	150	200	Творожная запеканка с повидлом	150	200			
	Чай сладкий с лимоном	150	200	Ёжики мясные или с курой в сметане	80 5	80 5					Чай несладкий	20	200		
	Бутерброд с маслом и сыром	40 5	50 5	Икра свекольная	70	120									
		7	7	Компот из с/ф + витамин "С"	150	200									
Четверг	Каша рисовая молочная с маслом	150 3	200 3	Суп рыбный со сметаной,	150 5	200 5	Молочно-кислый продукт (кефир или ряженка)	120	150	Рагу овощное		130	150		
	Кофейный напиток молочный	150	200	или рассольник на курином бульоне со сметаной									или капуста тушеная с сосиской	120 30	150 30
	Бутерброд с маслом	40 5	50 5	Картофель мятый с куриными окорочками, сметанный соус	100	130							или макароны с маслом и долька сыра	150 7	200 7
				Салат из квашеной капусты	40	50							Чай несладкий	150	200
				Компот из кураги и чернослива + Витамин "С"	150	200							с печеньем	20	20
				Хлеб, Чеснок	40	60									
Пятница	Каша манная молочная с маслом	150 3	200 3	Суп вермишелевый на курице	150	200	Молоко с вафлей	130 20	160 20	Вареники ленивые в сметанном соусе	150	200			
	Чай сладкий с лимоном	150	200	Оладьи из печени или котлета рыбная	60	80							Чай несладкий	150	200
	Бутерброд с маслом	40 5	50 5	с рисом, томатный соус	90 5	120 5									
				Компот из изюма и чернослива + Витамин "С"	150	200									
			Хлеб, Чеснок	40	60										