

Утверждаю
Директор МАДОУ
«Детский сад № 8 комбинированного
вида» г. Емвы
И. В. Карпенкова
Приказ № 02-ОД от 05.12.2024 г



Примерное 10-дневное меню для детей, посещающих дошкольное образовательное учреждения с 12-часовым пребыванием

МАДОУ «Детский сад № 8 комбинированного вида» г.Емвы

г.Емва
2024г

Циклическое 10-ти дневное меню (зимне-весенний период)

Первая неделя - понедельник			
завтрак	Номер карты	1-3 года	3-7 лет
Каша молочная манная	90	150	180
Чай с лимоном	260	150	180
Батон с маслом		30/5	40/10
Обед			
Огурец свежий порционный		20	30
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	36	150	180
Тефтели из говядины	174	60	80
Макаронные изделия со сливочным маслом	194	120	150
Компот из смеси ягод	235	150	180
Хлеб пшеничный		40	60
полдник			
Молоко	255	150	180
вафли		25	30
Ужин			
Картофельное пюре со сливочным маслом	206	160	180
Салат из свеклы и моркови	19	50	60
Чай с сахаром	263	150	180
Хлеб ржаной		20	40
вторник			
Завтрак			
Каша пшенная молочная	96	150	180
Чай с сахаром	263	150	180
Батон с маслом , сыром		30/5/5	40/10/10
Обед			
Зеленый горошек	196	20	30
Борщ с капустой со сметаной на м.б.	27	150	180
Бефстроганов из отварной говядины	148	60	80
Рис отварной со сливочным маслом	191	120	150
Кисель фруктовый	233	150	180
Хлеб пшеничный		40	60
Полдник			
Снежка	251	150	180
Печенье		25	30
Ужин			
Колобки творожные со сгущенным	129	180	200

молоком			
Чай с лимоном	260	150	180
среда			
Завтрак	Номер карты	1-3 года	3-7 лет
Каша рисовая молочная	98	150	180
Кофейный напиток с молоком	253	150	180
Батон с маслом, сыром		30/5/5	40/10/10
Обед			
Салат из свежих помидоров и яблок	16	40	50
Щи из свежей капусты на м.б.	56	150	180
Мясная котлета	161	60	80
Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом	186	120	150
Компот из изюма	239	150	180
Хлеб пшеничный		40	60
Полдник			
Молоко	255	150	180
Пряник		25	30
Ужин			
Рагу овощное с мясом	78	180	200
Хлеб ржаной		20	40
Чай с сахаром			
Четверг			
Завтрак			
Каша ячневая молочная	99	150	180
Чай с молоком	262	150	180
Батон с маслом, сыром		30/5/5	40/10/10
Обед			
Салат из квашеной капусты с луком	7	40	50
Свекольник со сметаной на м.б.	34	150	180
Котлета рыбная	134	60	80
Макароны отварные со сливочным маслом	194	120	150
Компот из кураги	239	150	180
Хлеб пшеничный		40	60
Полдник			
Молоко	255	150	180
Сушка		25	30
Ужин			
Капуста тушеная с мясом	200	180	200
Хлеб ржаной		20	40
Чай с сахаром	263	150	180

пятница

Завтрак	Номер карты	1-3 года	3-7 лет
Каша пшеничная молочная	90	150	180
Какао с молоком	248	150	180
Батон с маслом, сыром		30/5/5	40/10/10
Обед			
Салат из свеклы	19	40	50
Суп картофельный с мясными фрикадельками	39	150	180
Зразы из говядины с яйцом паровые	164	60	80
Картофельное пюре со сливочным маслом	206	120	150
Компот из сухофруктов	239	150	180
Хлеб пшеничный		40	60
Полдник			
Сок фруктовый		150	180
Пряник		25	30
Ужин			
Молочный рисовый суп	43	160	180
Выпечка	269	60	60
Чай с лимоном	263	150	180

Вторая неделя – понедельник

Завтрак			
Каша пшенная молочная	96	150	180
Чай с сахаром	263	150	180
Батон с маслом, сыром		30/5/5	40/10/10
Обед			
Помидор порционный		25	30
Суп картофельный с клецками на м.б.	37	150	180
Биточки мясные	161	60	80
Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом	186	120	150
Компот из смеси ягод	257	150	180
Хлеб пшеничный		40	60
Полдник			
Молоко	255	150	180
Печенье		25	30
Ужин			
Омлет натуральный	110	130	130
Салат овощной	7	50	60
Хлеб		20	40
Чай с молоком	262	150	180

Вторник

Завтрак	Номер карты	1-3 года	3-7 лет
Каша молочная «Дружба»	81	150	180
Чай с сахаром	263	150	180
Батон с маслом, сыром		30/5/5	40/10/10
Обед			
Салат из свежих помидоров с зеленым горошком	18	40	50
Рассольник ленинградский со сметаной на м.б.	33	150	180
Жаркое по - домашнему с мясом	153	150	180
Кисель фруктовый	233	150	180
Хлеб пшеничный		40	60
Полдник			
Снежка	251	150	180
Вафли		25	30
Ужин			
Сырники творожные со сгущенным молоком	129	180	180
Чай сахаром	263	150	180

Среда

Завтрак			
Каша ячневая молочная	99	150	180
Кофейный напиток с молоком	253	150	180
Батон с маслом, сыром		30/5/5	40/10/10
Обед			
Салат морковный	9	40	50
Суп рыбный со сметаной	41	150	180
Рулет мясной с яйцом	170	60	80
Картофельное пюре со сливочным маслом	206	120	150
Компот из изюма	239	150	180
Хлеб пшеничный		40	60
Полдник			
Молоко	255	150	180
Пряник		25	30
Ужин			
Макаронные изделия отварные со сливочным маслом и тертым сыром	194	180	200
Чай с сахаром	263	150	180

Четверг			
Завтрак	Номер карты	1-3 года	3-7 лет
Каша пшеничная молочная	91	150	180
Чай с лимоном	260	150	180
Батон с маслом, сыром		30/5/5	40/10/10
Обед			
Салат из свежих огурцов и кукурузы	15	40	50
Суп фасолевый со сметаной на м.б.	36	150	180
Рыба, запеченная в омлете	138	60	80
Рис отварной со сливочным маслом	191	120	150
Компот из кураги	239	150	180
Хлеб пшеничный		40	60
Полдник			
Молоко	255	150	180
Печенье		25	30
Ужин			
Рагу из овощей на мясном бульоне	77	180	200
Чай с молоком	262	150	180
Хлеб ржаной		20	40
Пятница			
Завтрак			
Каша гречневая молочная	86	150	180
Какао с молоком	248	150	180
Батон с маслом, сыром		30/5/5	40/10/10
Обед			
Салат из капусты с морковью	4	40	50
Суп картофельный с макаронными изделиями на м.б.	38	150	180
Ленивые голубцы с мясом	150	180	220
Компот из сухофруктов	239	150	180
Хлеб пшеничный		40	60
Полдник			
Сок фруктовый		150	180
Печенье		25	30
Ужин			
Молочная вермишель со сливочным маслом	43	150	180
Выпечка	269	60	60
Чай с сахаром	263	150	180