

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МАДОУ «ЦРР – д/с № 68»  
 Е.В. Попова  
 «\_\_» \_\_\_\_\_ 2025г.

**Десятидневное меню для детей от 3 до 7 лет МАДОУ «ЦРР - д/с № 68»**

	День 1		День 2		День 3		День 4		День 5	
	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход
<b>ЗАВТРАК</b>	Яйцо вареное	1шт	Каша рисовая жидкая	150	Пудинг из творога с изюмом (запеченный)	130	Каша манная жидкая	150	Омлет натуральный	110
	Консервы овощные закусочные (порциями)	80	Кофейный напиток	180	Молоко сгущенное	50	Чай с молоком	125/43/12	Консервы овощные закусочные (порциями)	80
	Чай с сахаром	168/12	Бутерброд с сыром	50	Какао с молоком	180	Бутерброд с маслом сливочным	40	Кофейный напиток	180
	Бутерброд с маслом сливочным	40			Бутерброд с маслом сливочным	40			Бутерброд с маслом сливочным	40
<b>Б Т Р</b>	Фрукты свежие	100	Кефир	180	Сок	180	Кондитерские изделия	50	Кефир	180
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	171/9	Рассольник «Петербургский» со сметаной	171/9	Щи зеленые со сметаной	171/9	Суп картофельный с крупой	180
	Фрикадельки в соусе	130	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	80	Жаркое по-домашнему	230	Суфле из бройлеров - цыплят	80	Гуляш	125
	Пюре картофельное	150	Каша гречневая рассыпчатая	150	Кисель из яблок	180	Пюре из свеклы (1-й вариант)	150	Макароны отварные	150
	Компот из свежих плодов	180	Овощи свежие	30	Хлеб ржаной	50	Компот из свежих плодов	180	Компот из свежих плодов	180
	Хлеб ржаной	50	Компот из свежих плодов	180	Хлеб пшеничный	25	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	25	Хлеб ржаной	50			Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25
<b>ПОЛДНИК</b>	Оладьи с сахаром	100	Фрикадельки рыбные с томатным соусом	120	Суп молочный с макаронными изделиями	130	Вареники ленивые отварные	150	Рыба тушеная в томате с овощами	100
	Каша ячневая вязкая	120	Картофель отварной	130	Пирожок с повидлом	60	Какао с молоком	180	Рагу овощное	130
	Какао с молоком	180	Чай с лимоном	162/12/6	Кофейный напиток	180	Хлеб пшеничный	25	Чай с сахаром	168/12
			Хлеб пшеничный	25					Хлеб пшеничный	25
<b>ужин</b>	Чай с сахаром	168/12	Молоко кипяченое	150	Чай с сахаром	168/12	Молоко кипяченое	150	Чай с сахаром	168/12
	Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МАДОУ «ЦРР – д/с № 68»  
 Е.В. Попова  
 «\_\_» \_\_\_\_\_ 2025г.

**Десятидневное меню для детей от 3 до 7 лет МАДОУ «ЦРР - д/с № 68»**

	День 6		День 7		День 8		День 9		День 10	
	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход
<b>ЗАВТРАК</b>	Яйцо вареное	1шт	Каша пшениная жидкая	150	Омлет натуральный	110	Каша геркулесовая жидкая	150	Суп молочный с макаронными изделиями	150
	Консервы овощные закусочные (порциями)	80	Какао с молоком	180	Консервы овощные закусочные (порциями)	80	Кофейный напиток	180	Чай с молоком	125/43/12
	Чай с сахаром	168/12	Бутерброд с сыром	50	Кофейный напиток	180	Бутерброд с маслом сливочным	40	Бутерброд с маслом сливочным	40
	Бутерброд с маслом сливочным	40			Бутерброд с маслом сливочным	40				
<b>В Т Р</b>	Кефир	180	Фрукты свежие	100	Сок	180	Кондитерские изделия	50	Кефир	180
<b>ОБЕД</b>	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	171/9	Суп картофельный с клецками	180	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	171/9	Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	180
	Котлета	80	Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят	80	Плов	200	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	80	Тефтеля	130
	Макароны отварные	150	Пюре картофельное	150	Овощи свежие	30	Каша гречневая рассыпчатая	150	Пюре картофельное	150
	Соус красный основной	50	Компот из свежих плодов	180	Кисель из яблок	180	Овощи свежие	30	Компот из свежих плодов	180
	Компот из свежих плодов	180	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Компот из свежих плодов	180	Хлеб ржаной	50
	Хлеб ржаной	50	Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25	Хлеб ржаной	50	Хлеб пшеничный	25
	Хлеб пшеничный	25					Хлеб пшеничный	25		
<b>ПОЛДНИК</b>	Сырники из творога с повидлом	100	Шницель рыбный натуральный	70	Ватрушка	75	Рыба припущенная	50	Запеканка из творога	150
	Каша манная жидкая	120	Капуста тушеная	130	Каша пшеничная жидкая	120	Картофель отварной	130	Соус молочный (сладкий)	50
	Кофейный напиток	180	Чай с лимоном	162/12/6	Какао с молоком	180	Чай с сахаром	168/12	Какао с молоком	180
			Хлеб пшеничный	25			Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25
<b>ужин</b>	Чай с сахаром	168/12	Молоко кипяченое	150	Чай с сахаром	168/12	Молоко кипяченое	150	Чай с сахаром	168/12
	Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25