

СОГЛАСОВАНО
 зам. зав. ц.о. НКР
 Мадрико М.Ю. (должность)
 22.03.25 (ФИО)
 (дата)

УТВЕРЖДАЮ
 зав. ц.о. НКР
 Стефановичева О.А. (должность)
 (ФИО)
 (дата)
 23/11.03.25
 04.25



10 - дневное меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	
		ясли	детский сад
День 1			
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из гречневой крупы (с маслом)	165	180
	Бутерброд с маслом	35	45
	Какао с молоком	160	180
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		360	405
ЗАВТРАК 2	яблоки свежие	100	100
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	100
ОБЕД	Суп овощной с мясом	150	180
	Жаркое по-домашнему (2 вариант)	120	160
	Морковь отварная порционная	30	40
	Компот из сухофруктов	150	180
	Хлеб ржаной	30	38
ИТОГО ЗА ОБЕД		480	603
ПОЛДНИК	Винегрет овощной с кваш,капустой	60	70
	Яйца вареные	40	40
	Хлеб пшеничный	20	30
	Чай с лимоном	150	180
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		270	320
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1210	1428
День 2			
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы (с маслом)	155	180
	Бутерброд с сыром	45	55
	Кофейный напиток с молоком	150	180
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	415
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	100
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	100
ОБЕД	Щи из квашеной капусты с картофелем	150	180
	Пюре картофельное	70	110
	Суфле из печени	50	70
	Салат из свеклы отварной	30	40
	Компот из сухофруктов	150	185
	Хлеб ржаной	30	38
ИТОГО ЗА ОБЕД		480	623
ПОЛДНИК	Кефир	150	180
	Ватрушки (из дрожжевого теста)	80	90
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		230	270
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1160	1408
День 3			
ЗАВТРАК	Какао с молоком	160	180
	Бутерброд с маслом	35	45
	Яйца вареные	20	20
	Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом)	155	180
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		370	425
ЗАВТРАК 2	яблоки свежие	100	100

ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	100
ОБЕД	Суп рыбный	150	180
	Капуста тушеная	80	140
	Котлеты, биточки, шницели (с маслом)	60	70
	Компот из сухофруктов	150	180
	Хлеб ржаной	30	38
ИТОГО ЗА ОБЕД		470	608
ПОЛДНИК	Блины (с повидлом)	90	120
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	180
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		240	300
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1180	1433
День 4			
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная Дружба-1	155	180
	Кофейный напиток с молоком	150	180
	Бутерброд с сыром	45	55
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	415
ЗАВТРАК 2	яблоки свежие	100	100
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	100
ОБЕД	Борщ с курицей	150	180
	Курица, тушеные в соусе	50	70
	Макаронные изделия отварные	60	100
	Компот из сухофруктов	150	180
	Хлеб ржаной	30	38
	Морковь отварная порционная	30	40
ИТОГО ЗА ОБЕД		470	608
ПОЛДНИК	Чай с сахаром	150	180
	Запеканка из творога с киселем	90	120
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		240	300
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1160	1423
День 5			
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	35	45
	Каша жидкая молочная овсяная	155	180
	Чай с молоком	160	180
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	405
ЗАВТРАК 2	яблоки свежие	100	100
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	100
ОБЕД	Щи из свежей капусты с курицей	150	180
	Азу	110	170
	Компот из сухофруктов	150	180
	Хлеб ржаной	30	38
	Салат из свеклы отварной	30	40
ИТОГО ЗА ОБЕД		470	608
ПОЛДНИК	Чай с сахаром	150	180
	Рыба по-польски	80	100
	Хлеб пшеничный	20	30
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	310
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1170	1423
День 6			
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (с крупой рисовой)	155	180
	Бутерброд с маслом	35	45
	Какао с молоком	160	180
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	405
ЗАВТРАК 2	яблоки свежие	100	100
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	100
ОБЕД	Суп с мясными фрикадельками	150	180
	Рагу овощное с мясом	110	170
	Салат из квашеной капусты	20	40
	Компот из сухофруктов	150	180
	Хлеб ржаной	30	38
ИТОГО ЗА ОБЕД		460	608
ПОЛДНИК	Сдоба обыкновенная	60	80
	Чай с сахаром	150	180

	Яйца вареные	40	40
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	300
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1160	1413
День 7			
ЗАВТРАК	Суп молочный с вермишелью	165	180
	Кофейный напиток с молоком	150	180
	Бутерброд с маслом	35	45
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	405
ЗАВТРАК 2	яблоки свежие	100	100
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	100
ОБЕД	Суп-пюре из картофеля с гренками	160	190
	Ёжики в соусе	90	130
	Яйца вареные	20	20
	Салат из свеклы отварной	30	40
	Хлеб ржаной	30	38
	Компот из сухофруктов	150	185
ИТОГО ЗА ОБЕД		480	603
ПОЛДНИК	Оладьи из творога	100	120
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	180
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	300
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1180	1408
День 8			
ЗАВТРАК	Бутерброд с сыром	45	55
	Каша жидкая молочная пшеничная	155	180
	Какао с молоком	160	180
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		360	415
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	100
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	100
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	180
	Борщ с картофелем СВЕКОЛЬНИК	150	180
	Печень по-строгановски	50	70
	Каша гречневая рассыпчатая	70	100
	Морковь отварная порционная	30	40
	Хлеб ржаной	30	38
ИТОГО ЗА ОБЕД		480	608
ПОЛДНИК	Зразы рыбные рубленые (с маслом)	80	90
	Хлеб пшеничный	20	30
	Чай с сахаром	150	180
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	300
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1190	1423
День 9			
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная Дружба-2	155	180
	Кофейный напиток с молоком	150	180
	Бутерброд с маслом	35	45
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		340	405
ЗАВТРАК 2	яблоки свежие	100	100
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	100
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	180
	Птица тушеная с овощами в соусе	120	160
	Салат из свеклы отварной	30	40
	Компот из сухофруктов	150	185
	Хлеб ржаной	30	38
ИТОГО ЗА ОБЕД		480	603
ПОЛДНИК	Пудинг творожный с рисом с киселем	100	120
	Кефир	150	180
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	300
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1170	1408
День 10			
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная	155	180,00
	Чай с молоком	160	180,00
	Бутерброд с сыром	45	55,00

ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		360	415,00
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	100,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	100,00
ОБЕД	Рассольник ленинградский с курицей	150	180,00
	Рагу овощное	80	120,00
	Компот из сухофруктов	150	180,00
	Хлеб ржаной	30	38,00
	Котлеты или биточки рыбные (с соусом)	60	90,00
ИТОГО ЗА ОБЕД		470	608,00
ПОЛДНИК	Омлет с овощами	80	90,00
	Чай с лимоном	150	180,00
	Хлеб пшеничный	20	30,00
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	300,00
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1180	1423,00

В зависимости от сезона и наличия овощей салаты могут меняться