

## Меню основного (организованного) питания для детей 3-7 лет (зимне-весенний период)

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ МО г. Краснодар  
«Центр-детский сад №40» \_\_\_\_\_ Т.В. Вацура  
«01» декабря 2023 г.

1 день понедельник		2 день вторник		3 день среда		4 день четверг		5 день пятница	
<b>Завтрак</b>									
Бутерброд с маслом (40) *	40	Салат из моркови(60) *	60	Суп молочный манный(200) *	200	Бутерброд с маслом (40) *	40	Салат из горошка, зеленого консервированного(60) *	42
Яйца вареные(40) *	40	Пудинг из творога (запеченный)(120/25) *	120/25	Какао с молоком(200) *	200	Яйца вареные(40) *	40	Омлет с сыром(150) *	85
Суп молочный с овсяными хлопьями "Геркулес"(200) *	200	Бутерброд с сыром(50) *	54	Салат из моркови с яблоками(60) *	62	Суп молочный с пшенной крупой(200) *	200	Бутерброд с маслом (40) *	40
Какао с молоком(200) *	200	Кофейный напиток с молоком(200) *	200	Бутерброд с маслом (40) *	40	Кофейный напиток с молоком(200) *	200	Какао с молоком(200) *	200
Яблоки(100) *	100			Яблоки(100) *	100			Яблоки(95) *	99
<b>Завтрак 2</b>									
Кефир(170) *	156	Кефир(170) *	156	Кефир(170) *	156	Кефир(170) *	156	Напиток витаминизированный(200) *	167
								Конфета	35
<b>Обед</b>									
Салат из квашеной капусты(60) *	65	Салат из соленых огурцов с луком(60) *	60	Икра кабачковая(88) *	88	Салат из квашеной капусты(60) *	65	Салат из соленых огурцов с луком(60) *	60
Борщ с капустой и картофелем(200) *	200	Суп картофельный с макаронными изделиями(200) *	200	Щи из свежей капусты(200) *	200	Суп с рыбными консервами(200) *	200	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)(200) *	200
Кулеш с мясом (из смеси круп)(200) *	200	Пюре картофельное(150) *	145	Плов из птицы(200) *	200	Запеканка из печени с рисом(185) *	185	Гуляш из отварного мяса(80) *	110
Сок фруктовый(200) *	200	Бефстроганов из отварного мяса(60) *	120	Хлеб ржаной (50) *	50	Хлеб пшеничный (30) *	30	Макаронные изделия отварные(120) *	120
Хлеб ржаной (50) *	50	Хлеб ржаной (50) *	50	Хлеб пшеничный (15) *	15	Хлеб ржаной (50) *	50	Хлеб пшеничный 20(25) *	25
Хлеб пшеничный (30) *	30	Хлеб пшеничный (30) *	30	Сок фруктовый(200) *	200	Компот из сушеных фруктов(200) *	200	Хлеб ржаной (50) *	50

1 неделя

		Кисель из сока натурального (200)	200					Кисель из яблок(200) *	200
<b>Уплотненный полдник</b>									
Салат из горошка зеленого консервированного(60) *	42	Хлеб пшеничный (15) *	15	Салат из горошка зеленого консервированного(60) *	42	Салат из свеклы с сыром(60) *	60	Каша жидкая пшеничная(200) *	200
Рыба, тушенная с овощами(60) *	100	Каша вязкая рисовая(200) *	200	Котлеты рыбные любительские(105) *	105	Хлеб пшеничный (20) *	20	Хлеб пшеничный 20(25) *	25
Картофель отварной(145) *	145	Напиток витаминизированный(200) *	167	Картофель отварной(145) *	145	Сырники из творога(105) *	105	Кефир(170) *	156
Хлеб пшеничный (20) *	20	Яблоки(100) *	100	Хлеб пшеничный (20) *	20	Чай с сахаром(200) *	200	Булочка "Творожная"(75) *	75
Чай с сахаром(200) *	200	Крендель сахарный(75) *	75	Чай с сахаром(200) *	200	Яблоки(100) *	100		

<b>6 день понедельник</b>		<b>7 день вторник</b>		<b>8 день среда</b>		<b>9 день четверг</b>		<b>10 день пятница</b>	
<b>Завтрак</b>									
Бутерброд с маслом (40) *	40	Салат из моркови(60) *	60	Бутерброд с маслом (40) *	40	Бутерброд с маслом (40) *	40	Омлет паровой натуральный(130) *	85
Яйца вареные(40) *	40	Бутерброд с сыром(50) *	54	Каша вязкая пшеничная(200) *	200	Пудинг из творога (запеченный)(120/25) *	120/25	Салат из горошка зеленого консервированного(60) *	42
Суп молочный с гречневой крупой(200) *	200	Пудинг из творога с яблоками(110/25) *	110/25	Кофейный напиток с молоком(200) *	200	Какао с молоком(200) *	200	Бутерброд с маслом (40) *	40
Кофейный напиток с молоком(200) *	200	Какао с молоком(200) *	200	Яблоки(95) *	99			Кофейный напиток с молоком(200) *	200
Яблоки(95) *	99								
<b>Завтрак 2</b>									
Кефир(170) *	156	Кефир(170) *	156	Кефир(170) *	156	Кефир(170) *	156	Конфета	35
								Яблоки(100) *	100
								Напиток витаминизированный(200) *	167
<b>Обед</b>									
Салат из соленых помидоров с луком(40) *	50	Салат из квашеной капусты(60) *	65	Салат из соленых огурцов с луком(60) *	60	Салат из соленых помидоров с луком(60) *	60	Огурцы соленые(60) *	60
Суп картофельный с клецками(200) *	200	Рассольник ленинградский(200) *	200	Борщ с картофелем(200) *	200	Суп картофельный(200) *	200	Щи из квашеной капусты с картофелем(200) *	200
Биточки паровые(80) *	80	Суфле из отварного мяса с рисом(90) *	90	Птица, тушенная в соусе с овощами(200) *	200	Макаронник с печенью(200) *	200	Мясо тушеное с овощами в соусе(200) *	200

2 недели

Каша пшенная(150) *	120	Пюре картофельное(158) *	158	Хлеб ржаной (50) *	50	Хлеб ржаной (50) *	50	Хлеб пшеничный 20(25) *	25
Хлеб пшеничный 20(25) *	25	Хлеб пшеничный (30) *	30	Хлеб пшеничный 20(25) *	25	Хлеб пшеничный 20(25) *	25	Хлеб ржаной (50) *	50
Хлеб ржаной (50) *	50	Хлеб ржаной (50) *	50	Сок фруктовый(200) *	200	Компот из сушеных фруктов(200) *	200	Сок фруктовый(200) *	200
Сок фруктовый(200) *	200	Компот из сушеных фруктов(200) *	200						
<b>Уплотненный полдник</b>									
Икра кабачковая(88) *	88	Салат из свеклы с огурцами солеными(60) *	60	Икра свекольная(200) *	180	Суп молочный с манной крупой(200) *	200	Каша вязкая пшеничная(200) *	200
Рыба, тушенная с овощами(60) *	100	Яйца вареные(40) *	40	Пудинг рыбный запеченный(110) *	110	Хлеб пшеничный 20(25) *	25	Пицца "Детская"	50
Картофель отварной(145) *	145	Чай с молоком(200) *	200	Хлеб пшеничный (15) *	15	Чай с сахаром(200) *	200	Хлеб пшеничный 20(25) *	25
Хлеб пшеничный 20(25) *	25	Булочка домашняя(80)*	65	Чай с сахаром(200) *	200	Булочка ванильная(80) *	65	Чай с повидлом(200) *	200
Чай с сахаром(200) *	200	Яблоки(95) *	99			Яблоки(95) *	99		