

## Меню основного (организованного) питания для детей 1,5 - 3 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>                              |     |  |       |                              |     |                                |     |   |     |
| Яйца вареные                                | 40  | Салат из моркови                         | 40    | Салат из моркови с яблоками  | 40  | Яйца вареные                   | 40  | Салат из горошка зеленого консервированного | 40  |
| Бутерброд с маслом                          | 25  | Бутерброд с сыром                        | 45    | Бутерброд с маслом           | 25  | Бутерброд с маслом             | 25  | Бутерброд с маслом                          | 25  |
| Суп молочный с овсяными хлопьями «Геркулес» | 150 | Пудинг из творога (запеченный)           | 80\15 | Суп молочный с манной крупой | 150 | Суп молочный с пшениной крупой | 150 | Омлет с сыром                               | 130 |
| Какао с молоком                             | 150 | Кофейный напиток с молоком               | 150   | Какао с молоком              | 150 | Кофейный напиток с молоком     | 150 | Какао с молоком                             | 150 |
| Яблоки                                      | 100 |  |       |                              |     |                                |     | Яблоки                                      | 100 |
| <b>Завтрак 2</b>                            |     |  |       |                              |     |                                |     |   |     |
| Кефир                                       | 145 | Кефир                                    | 145   | Кефир                        | 145 | Кефир                          | 145 | Пряники                                     | 35  |
|   |     |  |       |                              |     |                                |     | Сок   | 150 |
| <b>Обед</b>                                 |     |  |       |                              |     |                                |     |   |     |
| Салат из квашеной капусты                   | 40  | Салат из соленых огурцов с луком         | 40    | Икра кабачковая              | 80  | Салат из квашеной капусты      | 40  | Салат из соленых огурцов с луком            | 40  |
| Борщ с капустой и картофелем                | 150 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 150   | Щи из свежей капусты         | 150 | Суп с рыбными консервами       | 150 | Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)      | 150 |
| Кулеш с мясом (из смеси круп)               | 150 | Пюре картофельное                        | 120   | Плов из птицы                | 150 | Запеканка из печени с рисом    | 140 | Макаронные изделия отварные                 | 90  |
| Сок фруктовый                               | 150 | Бефстроганов из отварного мяса           | 100   | Сок фруктовый                | 150 | Компот из сушеных фруктов      | 150 | Гуляш из отварного мяса                     | 60  |
| Хлеб ржаной                                 | 40  | Компот из сушеных фруктов                | 150   | Хлеб ржаной                  | 40  | Хлеб ржаной                    | 40  | Кисель из яблок                             | 150 |
| Хлеб пшеничный                              | 20  | Хлеб ржаной                              | 40    | Хлеб пшеничный               | 10  | Хлеб пшеничный                 | 30  | Хлеб ржаной                                 | 40  |
|   |     | Хлеб пшеничный                           | 30    |                              |     |                                |     | Хлеб пшеничный                              | 20  |

1 неделя

| Уплотненный полдник                         |     |                                       |     |   |     |  |       |   |     |
|---|-----|---------------------------------------|-----|---|-----|--|-------|---|-----|
| Салат из горошка зеленого консервированного | 40  | Каша вязкая рисовая                   | 150 | Салат из горошка зеленого консервированного | 40  | Салат из свеклы с сыром                  | 45    | Каша жидкая пшеничная                       | 150 |
| Рыба, тушенная с овощами                    | 90  | Крендель сахарный                     | 60  | Котлеты рыбные любительские                 | 90  | Сырники из творога                       | 80/9  | Булочка «Творожная»                         | 50  |
| Картофель отварной                          | 120 | Сок                                   | 150 | Картофель отварной                          | 120 | Чай с сахаром                            | 150   | Кефир                                       | 145 |
| Чай с сахаром                               | 150 | Яблоки                                | 100 | Чай с сахаром                               | 150 | Яблоки                                   | 100   | Хлеб пшеничный                              | 20  |
| Хлеб пшеничный                              | 20  |                                       |     | Хлеб пшеничный                              | 20  |  |       |   |     |
| <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>                      |     |
| Завтрак                                     |     |                                       |     |   |     |  |       |   |     |
| Яйца вареные                                | 40  | Салат из моркови                      | 40  | Каша вязкая пшенная                         | 150 | Пудинг из творога (запеченный)           | 80/15 | Омлет паровой натуральный                   | 100 |
| Суп молочный с гречневой крупой             | 150 | Пудинг из творога с яблоками          | 85  | Кофейный напиток с молоком                  | 150 | Какао с молоком                          | 150   | Салат из горошка зеленого консервированного | 40  |
| Бутерброд с маслом                          | 25  | Бутерброд с сыром                     | 45  | Бутерброд с маслом                          | 25  | Бутерброд с маслом                       | 25    | Кофейный напиток с молоком                  | 150 |
| Кофейный напиток с молоком                  | 150 | Какао с молоком                       | 150 | Яблоки                                      | 100 |  |       | Бутерброд с маслом                          | 25  |
| Яблоки                                      | 100 |                                       |     |   |     |  |       |   |     |
| Завтрак 2                                   |     |                                       |     |   |     |  |       |   |     |
| Кефир                                       | 145 | Кефир                                 | 145 | Кефир(145) *                                | 145 | Кефир(145) *                             | 145   | Кефир(145) *                                | 145 |
|   |     | Печенье                               | 10  |   |     |  |       | Пряники(35) *                               | 30  |
| Обед  |     |                                       |     |   |     |  |       |   |     |
| Салат из соленых помидоров с луком(40) *    | 50  | Салат из квашеной капусты(40) *       | 48  | Салат из соленых огурцов с луком(40) *      | 44  | Салат из соленых помидоров с луком(40) * | 50    | Огурцы соленые(45) *                        | 45  |
| Суп картофельный с клецками(150) *          | 150 | Рассольник ленинградский(150) *       | 150 | Борщ с картофелем(150) *                    | 150 | Суп картофельный(150) *                  | 150   | Щи из квашеной капусты с картофелем(150) *  | 150 |
| Биточки паровые(90) *                       | 90  | Суфле из отварного мяса с рисом(90) * | 90  | Птица, тушенная в соусе с овощами(150) *    | 150 | Макаронник с печенью(150) *              | 150   | Мясо тушеное с овощами в соусе(150) *       | 150 |
| Каша пшенная(120) *                         | 100 | Пюре картофельное(120) *              | 120 | Хлеб ржаной (40) *                          | 40  | Хлеб пшеничный (20) *                    | 20    | Хлеб пшеничный (20) *                       | 20  |
| Хлеб пшеничный (20) *                       | 20  | Хлеб пшеничный (30) *                 | 30  | Хлеб пшеничный (20) *                       | 20  | Хлеб ржаной (40) *                       | 40    | Хлеб ржаной (40) *                          | 40  |
| Хлеб ржаной (40) *                          | 40  | Хлеб ржаной (40) *                    | 40  | Сок фруктовый(150) *                        | 150 | Компот из сушеных фруктов(150) *         | 150   | Сок фруктовый(150) *                        | 150 |
| Сок фруктовый(150) *                        | 150 | Компот из сушеных фруктов(150) *      | 150 |   |     |  |       |   |     |
| Уплотненный полдник                         |     |                                       |     |   |     |  |       |   |     |

2 недели

|                                   |     |   |     |                                   |     |  |     |                              |            |
|-----------------------------------|-----|---|-----|-----------------------------------|-----|--|-----|------------------------------|------------|
| Икра кабачковая(80) *             | 80  | Салат из свеклы с<br>огурцами<br>солеными(40) * | 55  | Икра свекольная (150)             | 140 | Суп молочный с<br>манной крупой(150) * | 150 | Каша вязкая пшеничная(150) * | 150        |
| Рыба, тушенная с<br>овощами(80) * | 85  | Яйца вареные(40) *                              | 40  | Пудинг рыбный<br>запеченный(80) * | 80  | Хлеб пшеничный (20) *                  | 20  | Пицца "Детская"              | 50         |
| Картофель<br>отварной(120) *      | 120 | Чай с молоком(150) *                            | 150 | Хлеб пшеничный (10)*              | 13  | Чай с сахаром(150) *                   | 150 | Хлеб пшеничный (20) *        | 20         |
| Хлеб пшеничный (20) *             | 20  | Булочка домашняя(70)<br>*                       | 60  | Чай с сахаром(150) *              | 150 | Булочка ванильная(70)<br>*             | 60  | Чай с повидлом(150) *        | 150<br>/10 |
| Чай с сахаром(150) *              | 150 | Яблоки(100) *                                   | 100 |                                   |     | Яблоки(100) *                          | 100 |                              |            |