

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МБДОУ «Детский сад №23»

С.А. Быченко
Приказ № *25* от *3 июля* 2023г.

**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
В МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ДОШКОЛЬНОМ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ
«ДЕТСКИЙ САД №»23»
(сезон весна – лето)**



МЕНЮ

1-3 года (ВЕСНА-ЛЕТО)

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ 150	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 130	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ 150	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ 150	ОМЛЕТ С ПОМИДОРАМИ 150	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 150	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КУРАГОЙ 150
БУТЕРБРОДЫ ГОРЯЧИЕ С СЫРОМ 30	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 30	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КАКАО С МОЛОКОМ 180	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 20
II Завтрак									
СОК ПЕРСИКОВЫЙ 150	БАНАН 100	ГРУША 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	БАНАН 100	СОК ВИШНЕВЫЙ 150	АПЕЛЬСИН 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ 150
Обед									
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 40	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ 40	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" 40	САЛАТ "МАЗАЙКА" 40	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ 40	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 40	САЛАТ "РУССКАЯ КРАСАВИЦА" 40	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КУРАГОЙ И ИЗЮМОМ 40
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 180	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 150	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ 150	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ 150	СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ 150	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ 150	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 150	СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ 150
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ 50	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ 50	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 60	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ 50	КОТЛЕТА МЯСНЫЕ 50	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 60	МЯСО ТУШЕНОЕ 50	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 50	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ 60	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ 50
КАБАЧКИ, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ 110	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 110	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 110	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 110	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	РИС ОТВАРНОЙ 110	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 110	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 110	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110

КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 160	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ 150	СОК ВИШНЕВЫЙ 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ 150	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 150	СОК ПЕРСИКОВЫЙ 150	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
Полдник									
ПЕЧЕНЬЕ 20	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 40	ПРЯНИКИ 20	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ 60	ВАФЛИ 20	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАРТОШКОЙ 50	ПЕЧЕНЬЕ 20	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 50	ПРЯНИКИ 20	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 80
КЕФИР 180	ЙОГУРТ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	КЕФИР 180	ЙОГУРТ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	КЕФИР 180	ЙОГУРТ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	КЕФИР 180
Ужин									
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 40	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) 40	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА) 40	ОВОЩИ ПОРЦИОННО 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 40	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 40	ПОМИДОРЫ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ 40	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ 160	БИТОЧКИ ИЗ КУР 50	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 160	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 160	МАКАРОННИК С МЯСОМ 160	МЯСО ДУХОВОЕ 160	РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ 160	ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ С ГОВЯДИНОЙ 160	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 50	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 160
ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КАБАЧКАМИ 110	КОМПОТ ИЗ ЯГОД 160	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 150	КОМПОТ БРУСНИЧНЫЙ 150	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 160	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 150	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 110	ЧАЙ С САХАРОМ 180
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ ЯГОД 160	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50							ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	

Утверждаю

МЕНЮ

3-7 лет ВЕСНА-ЛЕТО

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ 200	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 170	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 160	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ 170	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМ И ИЗДЕЛИЯМИ 200	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ 200	ОМЛЕТ С ПОМИДОРАМ И 160	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 200	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КУРАГОЙ 170
БУТЕРБРОДЫ ГОРЯЧИЕ С СЫРОМ 50	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 40	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 50	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
II Завтрак									
СОК ПЕРСИКОВЫЙ 200	БАНАН 100	ГРУША 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	БАНАН 100	СОК ВИШНЕВЫЙ 200	АПЕЛЬСИН 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ 200
Обед									
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ 60	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" 60	САЛАТ "МАЗАЙКА" 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ 60	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 60	САЛАТ "РУССКАЯ КРАСАВИЦА" 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КУРАГОЙ И ИЗЮМОМ 60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫ Й С МАКАРОННЫМ И ИЗДЕЛИЯМИ 180	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 180	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ 180	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫ Й 180	СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ 180	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 180	СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ 180

ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ 70	ГОВЯДИНА В КИСЛО- СЛАДКОМ СОУСЕ 70	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 80	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ 70	КОТЛЕТА МЯСНЫЕ 70	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 80	МЯСО ТУШЕНОЕ 70	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 70	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ 70	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ 70
КАБАЧКИ, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ 150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТА Я 150	РИС ОТВАРНОЙ 150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТА Я 150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 150	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ 200	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАН Н ЫЙ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ 200	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 200	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАН Н ЫЙ 180	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 200	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАН Н ЫЙ 180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
Полдник									
ПЕЧЕНЬЕ 50	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50	ПРЯНИКИ 40	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ 70	ВАФЛИ 50	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ 50	ПЕЧЕНЬЕ 50	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 50	ПРЯНИКИ 40	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 80
КЕФИР 200	ЙОГУРТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 210	КЕФИР 200	ЙОГУРТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КЕФИР 200	ЙОГУРТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 210	КЕФИР 200
Ужин									
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 50	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННО Й) 50	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (ПРОМЫШЛЕННОГ О ПРОИЗВОДСТВА) 50	ОВОЩИ ПОРЦИОННО 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 50	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 50	ПОМИДОРЫ НАТУРАЛЬНЫ Е СОЛЕННЫЕ 50	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО- РУССКИ 200	БИТОЧКИ ИЗ КУР 80	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 190	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 200	МАКАРОННИК С МЯСОМ 200	МЯСО ДУХОВОЕ 190	РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ 190	ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ С ГОВЯДИНОЙ 190	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 200
ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КАБАЧКАМИ 130	КОМПОТ ИЗ ЯГОД 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 200	КОМПОТ БРУСНИЧНЫЙ 200	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 200	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 130	ЧАЙ С САХАРОМ 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ ЯГОД 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50							ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	