

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида № 2
города Ставрополя

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с № 2
_____ Сауткина Е.С.
Приказ № 59-ОД от «01» апреля 2024 года

МЕНЮ
ВЕСЕННЕ-ЛЕТНЕЕ
Период: десять дней
Возрастная категория: от 2 до 3 лет
Период пребывания: 12 часов

(Сборник рецептов и кулинарных изделий: Для предприятий общественного питания/ Авт.-сост.: А.И.Здобнов,
В.А.Цыганенке, М.И.Пересичный. К.: Арий, Мю: Лада, 2016,2019гг)

Ставрополь, 2024

Десятидневное меню для детей от 2 до 3 лет

	День1			День2			День3			День4			День5		
	Наименование блюд		выход	Наименование блюд		выход	Наименование блюд		выход	Наименование блюд		выход	Наименование блюд		выход
Завтрак	1. Каша манная вязкая на сгущенном молоке	347	150	Суп молочный с крупой (гречневой)	350	150	Каша рисовая жидкая	347	150	Каша пшеничная жидкая	356	150	Омлет натуральный. Икра кабачковая	312	80 40
	2. Чай с сахаром		150/7	Чай с сахаром лимоном.		150/7/3	Чай с сахаром, лимоном		150/7/5	Кофейный напиток с молоком		150/7	Кофейный напиток с молоком		150/7
	Батон с маслом сливочным и повидлом		30/5/5	Батон с маслом сливочным, повидлом		30/5/5	Батон с маслом сливочным		30/5	Батон с маслом сливочным, сыром		30/5/14	Батон с маслом сливочным		30/5
2 завтрак	Яблоко	100	100	Сок фруктовый	100	100	Кефир 2,5%	100	100	Молоко кипяченое	100	100	Молоко кипяченое	100	100
Обед	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	527	150/7	Суп картофельный с клецками	579	150/33	Суп из овощей со сметаной	522	150/5	Борщ с картофелем, капустой со сметаной	523	150/7	Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	517	150
	Котлета говяжья		60	Котлеты, рубленые из кур		60	Котлета говяжья		60	Шницель говяжий		60	Котлета, рубленая из кур		60
	Капуста тушеная		120	Картофельное пюре		120	Картофельное пюре		120	Макароны отварные с маслом		120	Кабачки, тушеные в сметане		120
	Компот из сухофруктов		150/7	Кисель из повидла		150/6	Компот из сухофруктов		150/7	Кисель из повидла		150/6	Компот из сухофруктов		150/6
	Хлеб пшеничный		13	Хлеб пшеничный		10	Хлеб пшеничный		10	Хлеб пшеничный		10	Хлеб пшеничный		10
	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20
	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20
Уплотненный полдник	Вареники ленивые	341	125	Фрикадельки рыбные	355	75	Ватрушка с творогом	357	70	Шницель рыбный натуральный (минтай)	352	60	Плюшка	377	60
	Соус молочный сладкий		50	Икра свекольная		120	Омлет натуральный		80	Картофельное пюре		120	Каша геркулесовая жидкая		120
	Кофейный напиток с молоком		150/7	Кофейный напиток с молоком		150	Икра кабачковая		40 10	Чай с сахаром		150/7	Чай с сахаром		150/7
	Хлеб пшеничный		9	Хлеб пшеничный		10	Какао с молоком		150/7	Хлеб пшеничный		15	Хлеб пшеничный		10

Ужин	Молоко кипяченое	170	150	Чай с сахаром.	177	150/7	Чай с сахаром	177	150/7	Кефир 2,5%	160	150	Кисель из повидла	176	150/6
	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Печенье		10	Хлеб ржаной		20
1485			1561			1503			1491			1482			
	День6			День7			День8			День9			День10		
Завтрак	Наименование блюд	305	выход	Наименование блюд	350	выход	Наименование блюд	322	выход	Наименование блюд	350	выход	Наименование блюд	359	выход
	Омлет натуральный. Икра кабачковая		80/40	Суп молочный с крупой (гречневой)		150	Омлет натуральный. Зеленый горошек		80/45	Каша геркулесовая жидкая		150	Каша пшеничная жидкая		150
	Какао на сгущенном молоке		150	Кофейный напиток с молоком		150/7	Чай с сахаром и лимоном		150/7/5	Кофейный напиток с молоком		150/7	Чай с сахаром и лимоном		150/7/3
	Батон с маслом сливочным		30/5	Батон с маслом сливочным, повидлом		30/5/8	Батон с маслом сливочным		30/5	Батон с маслом сливочным, повидлом		30/5/8	Батон с маслом сливочным, сыром		30/5/14
2завтрак	Яблоко	100	100	Сок фруктовый	100	100	Кефир 2,5%	100	100	Молоко кипяченое	100	100	Молоко кипяченое	100	100
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	545	150	Суп картофельный с рисом и сметаной	533	150/7	Борщ с картофелем, со сметаной	539	150/7	Суп из овощей с фасолью со сметаной	563	150/7	Щи из свежей капусты со сметаной	524	150/7
	Тефтели мясные. Соус смет с том и луком		60/30	Зразы мясные рубленые с яйцом		70	Запеканка Картофельная с мясом		40/120	Котлета говяжья		60	Котлета, рубленая из кур		60
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом		120	Кабачки, тушеные в сметане		120	Соус, сметанный с томатом и луком		30	Огурец (помидор) свежий		30	Макароны отварные с маслом		120
	Компот из сухофруктов		150	Кисель из повидла		150/6	Компот из сухофруктов		150/7	Кисель из повидла		150/6	Компот из сухофруктов		150/7
	Хлеб пшеничный		15	Хлеб пшеничный		10	Хлеб пшеничный		15	Хлеб пшеничный		10	Хлеб пшеничный		10
	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20
	Уплотненный полдник		Печень по-строгановски	382		40/40	Оладьи		371	55		Пирожок с повидлом	387		65
Рис отварной		130	Каша геркулесовая		150	Суп молочный с макаронными изделиями	150	Картофельное пюре		120	Кофейный напиток с молоком	150/7			
Чай с сахаром		150/7	Чай с сахаром.		150/6	Кофейный напиток с молоком	150/7	Чай с сахаром		150/6	Печенье	10			

	<i>Хлеб пшеничный</i>		15	<i>Хлеб пшеничный</i>		10	<i>Хлеб пшеничный</i>		15	<i>Хлеб пшеничный</i>		10	<i>Хлеб пшеничный</i>		10				
Ужин	<i>Кисель из повидла</i>	176	150/6	<i>Молоко кипяченое</i>	170	150	<i>Чай с сахаром</i>	176	150/6	<i>Кефир 2,5%</i>	170	150	<i>Чай с сахаром</i>	176	150/6				
	<i>Хлеб ржаной</i>		20	<i>Хлеб ржаной</i>		20	<i>Хлеб ржаной</i>		20	<i>Хлеб ржаной</i>		20	<i>Хлеб ржаной</i>		20				
			1508				1524				1524				1559				1476

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида № 2
города Ставрополя

Утверждаю
Заведующий МБДОУ д/с № 2
Сауткина Е.С.
Приказ № 59-ОД от «01» апреля 2024_года

МЕНЮ
ВЕСЕННЕ-ЛЕТНЕЕ
Период: десять дней
Возрастная категория: от 3 до 7 лет
Период пребывания: 12 часов

(Сборник рецептов и кулинарных изделий: Для предприятий общественного питания/ Авт.-сост.: А.И.Здобнов,
В.А.Цыганенке, М.И.Пересичный. К.: Арий, Мю: Лада, 2016,2019гг)

Ставрополь, 2024

Десятидневное меню для детей от 3 до 7 лет

	День1			День2			День3			День4			День5		
	Наименование блюд		выход	Наименование блюд		выход	Наименование блюд		выход	Наименование блюд		выход	Наименование блюд		выход
Завтрак	1. Каша манная вязка на сгущенном молоке	405	180	Суп молочный с крупой (гречневой)	412	180	Каша рисовая жидкая	412	180	Каша пшеничная жидкая	419	180	Омлет натуральный. Икра кабачковая	410	85/100
	2. Чай с сахаром		180/7	Чай с сахаром лимоном.		180/7/7	Чай с сахаром, лимоном		180/7/7	Кофейный напиток с молоком		180/7	Кофейный напиток с молоком		180/7
	Батон с маслом сливочным		30/8	Батон с маслом сливочным		30/8	Батон с маслом сливочным		30/8	Батон с маслом сливочным, сыром		30/8/14	Батон с маслом сливочным		30/8
2 завтрак	Яблоко	100	100	Сок фруктовый	100	100	Кефир 2,5%	100	100	Молоко кипяченое	100	100	Молоко кипячёное	100	100
Обед	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	678	200/10	Суп картофельный с клецками	729	200/33	Суп из овощей со сметаной	688	200/10	Борщ с картофелем, капустой со сметаной	656	200/10	Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	668	200
	Котлета говяжья		70	Котлеты, рубленные из кур		70	Жаркое по-домашнему		43/187	Шницель говяжий		70	Котлета, рубленная из кур		70
	Капуста тушеная		150	Картофельное пюре		130/50				Макароны отварные с маслом		130	Кабачки, тушеные в сметане		150
	Компот из сухофруктов		200/8	Кисель из повидла		200/6	Компот из сухофруктов		200/8	Кисель из повидла		200/6	Компот из сухофруктов		200/8
	Хлеб пшеничный		20	Хлеб пшеничный		20	Хлеб пшеничный		20	Хлеб пшеничный		20	Хлеб пшеничный		20
	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20
	Уплотненный полдник		Вареники ленивые	407		150	Фрикадельки рыбные		422	75		Ватрушка с творогом	393		80
Соус молочный сладкий		50	Икра свекольная		150	Яйцо отварное	40	Картофельное пюре		150	Каша геркулесовая жидкая	150			
Кофейный напиток с молоком		180/7	Кофейный напиток с молоком		180/7	Икра кабачковая Хлеб пшеничный	65 20	Чай с сахаром		180/7	Чай с сахаром	180/7			
Хлеб пшеничный		20	Хлеб пшеничный		10	Какао с молоком	180/8	Хлеб пшеничный		20	Хлеб пшеничный	20			

Ужин	Молоко кипяченое	210	180	Чай с сахаром.	207	180/7	Чай с сахаром	207	180/7	Кефир 2,5%	200	180	Кисель из повидла	206	180/6						
	Хлеб ржаной		30	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Печенье		20	Хлеб ржаной		20						
		1800				1870						1807		1797							
		День 6				День 7				День 8				День 9				День 10			
Завтрак	Наименование блюд		выход	Наименование блюд		выход	Наименование блюд		выход	Наименование блюд		выход	Наименование блюд		выход						
	Яйцо отварное. Икра кабачковая	358	40/100	Суп молочный с крупой (гречневой)	405	180	Омлет натуральный. Зеленый горошек	369	85/52	Каша геркулесовая	406	180	Каша пшеничная жидкая	423	180						
	Какао на сгущенном молоке		180	Кофейный напиток с молоком		180/7	Чай с сахаром и лимоном		180/7/7	Кофейный напиток с молоком		180/8	Чай с сахаром и лимоном		180/7/7						
	Батон с маслом сливочным		30/8	Батон с маслом сливочным		30/8	Батон с маслом сливочным		30/8	Батон с маслом сливочным		30/8	Батон с маслом сливочным, сыром		30/5/14						
2 завтрак	Яблоко		100	100		Сок фруктовый	100		100	Кефир 2,5%		100	100		Молоко кипяченое	100	100	Молоко кипяченое	100	100	
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	718	200	Суп картофельный с рисом и сметаной	686	200/10	Борщ с картофелем, со сметаной	698	200/10	Суп из овощей с фасолью со сметаной	716	200/10	Щи из свежей капусты со сметаной	678	200/10						
	Тефтели мясные. Соус смет с том и луком		70/50	Зразы мясные рубленые с яйцом		80	Запеканка Картофельная с мясом		43/167	Плов с мясом (говядина)		210/50	Котлета, рубленая из кур		70						
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом		150	Кабачки, тушеные в сметане		150	Соус, сметанный с томатом и луком		30	Кисель из повидла		200/6	Макароны отварные с маслом		150						
	Компот из сухофруктов		200/8	Кисель из повидла		200/6	Компот из сухофруктов		200/8	Хлеб пшеничный		20	Компот из сухофруктов		200/8						
	Хлеб пшеничный		20	Хлеб пшеничный		20	Хлеб пшеничный		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб пшеничный		20						
	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20				Хлеб ржаной		20						
	Уплотненный полдник		Печень по-строгановски	437		50/50	Оладьи		412	55		Пирожок с повидлом	433		75	Хлебцы рыбные. Соус томатный	427	60/30	Запеканка из творога с повидлом	397	130/40
Рис отварной		130	Каша геркулесовая		150	Суп молочный с макаронными изделиями	150	Картофельное пюре		130	Кофейный напиток с молоком	180/7									

	<i>Чай с сахаром</i>		180/7	<i>Чай с сахаром.</i>		180/7	<i>Кофейный напиток с молоком</i>		180/8	<i>Чай с сахаром</i>		180/7	<i>Печенье</i>		20		
	<i>Хлеб пшеничный</i>		20	<i>Хлеб пшеничный</i>		20	<i>Хлеб пшеничный</i>		20	<i>Хлеб пшеничный</i>		20	<i>Хлеб пшеничный</i>		20		
<i>УЖИН</i>	<i>Кисель из повидла</i>	206	180/6	<i>Молоко кипяченое</i>	200	180	<i>Чай с сахаром</i>	207	180/7	<i>Кефир 2,5%</i>	200	180	<i>Чай с сахаром</i>	207	180/7		
	<i>Хлеб ржаной</i>		20	<i>Хлеб ржаной</i>		20	<i>Хлеб ржаной</i>		20	<i>Хлеб ржаной</i>		20	<i>Хлеб ржаной</i>		20	<i>Хлеб ржаной</i>	20
			1819			1803			1807			1849			1805		