

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с № 2
_____ Сауткина Е.С.
Приказ № 74-ОД «30» августа 2024 года

МЕНЮ
ОСЕННЕ-ЗИМНЕЕ
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 блюдо	выход	Наименование блюдо	выход	Наименование блюдо	выход	Наименование блюдо	выход	Наименование блюдо	выход	Наименование блюдо	выход				
Завтрак	1. Каши манная вязка на сгущенном молоке 2. Чай с сахаром Батон с маслом сливочным	347	150	Суп молочный с крупой (гречневой)	350	150	Каши рисовая жидкая	347	150	Суп молочный с макаронными изделиями	356	150	Омлет натуральный. Икра кабачковая	312	80 40		
			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		
			30/5/5	Батон с маслом сливочным		30/5/5	Батон с маслом сливочным		30/5	Батон с маслом сливочным, сыром		30/5/14	Батон с маслом сливочным		30/5		
2зав тр	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 Котлета говяжья Капуста тушеная Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	527	150/7	Суп картофельный с клецками	549	150/33	Суп овощной со сметаной	522	150/5	Борщ с картофелем, капустой со сметаной	523	150/7	Суп картофельный с бобовыми гороховый)	517	150		
			60	Котлеты рубленные из птицы		60	Котлета говяжья		60	Шницель говяжий		60	Котлета рубленная из кур		60		
			120	Картофельное пюре		120	Картофельное пюре		120	Макароны отварные с маслом		120	Рагу овощное		120		
			150/7	Кисель из повидла		150/6	Компот из сухофруктов		150/7	Кисель из повидла		150/6	Компот из сухофруктов		150/7		
			13	Хлеб пшеничный		10	Хлеб пшеничный		10	Хлеб пшеничный		10	Хлеб пшеничный		10	Хлеб пшеничный	10
			20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной	20
Уплотненный полдник	Вареники ленивые Соус молочный сладкий Кофейный напиток с молоком	341	125	Фрикадельки рыбные	355	75	Ватрушка с творогом	357	70	Шницель рыбный натуральный (минтай)	352	60	Плюшка	377	60		
			50	Икра свекольная		120	Омлет натуральный		80	Картофельное пюре		120	Каши геркулесовая жидкая		150		
			150/7	Кофейный напиток с молоком		150	Икра кабачковая Хлеб пшеничный		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			1531			1503			1491			1482				
	День6			День7			День8			День9			День10			
Завтрак	Наименование блюдо		выход	Наименование блюдо		выход	Наименование блюдо		выход	Наименование блюдо		выход	Наименование блюдо		выход	
	Омлет натуральный. Икра кабачковая	305	80 40	Суп молочный с крупой (гречневой)	350	150	Омлет натуральный. Зеленый горошек	322	80 45	Каша геркулесовая жидкая	350	150	Каша пшеничная жидкая	359	150	
	Какао на сгущенном молоке		150	Кофейный напиток с молоком		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	
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	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	503	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	Плов из птицы..		160	Котлета, рубленая из кур		60	
	Каша гречневая рассып.с маслом		120	Капуста тушеная		120	Соус сметанный с томатом и луком		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	

	<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
Уплотненный полдник	<i>Печень по строгановски</i>	382	40/40	<i>Оладьи</i>	346	55	<i>Пирожок с повидлом</i>	387	65	<i>Хлебцы рыбные. Соус томатный</i>	376	60 30	<i>Запеканка из творога с повидлом</i>	317	110/3 0
	<i>Рис отварной</i>		130	<i>Каша геркулесовая</i>		150	<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>		150	<i>Картофельное пюре</i>		120	<i>Кофейный напиток с молоком</i>		150/7
	<i>Чай с сахаром</i>		150/7	<i>Чай с сахаром.</i>		150/6	<i>Кофейный напиток с молоком</i>		150/7	<i>Чай с сахаром</i>		150/6	<i>Печенье</i>		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			1499			1476			

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с № 2
_____ Сауткина Е.С.
Приказ № 74-ОД «30» августа 2024 года

МЕНЮ
ОСЕННЕ-ЗИМНЕЕ
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 блюда		выход	Наименование блюда		выход	Наименование блюда		выход	Наименование блюда		выход	Наименование блюда		выход	
Завтрак	1.Каша манная вязка на сгущенном молоке	405	180	Суп молочный с крупой (гречневой)	412	180	Каша рисовая жидкая	412	180	Суп молочный с крупой (пшено)	416	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	
2завтрак	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	678	200/ 10	Суп картофельный с клецками	679	200/33	Суп овощной со сметаной	688	200/10	Борщ с картофелем, капустой со сметаной	656	200/10	Суп картофельный с бобовыми гороховый)	648	200	
	Котлета говяжья		70	Котлеты рубленные из птицы		70	Жаркое по домашнему		43/187	Шницель говяжий		70	Котлета рубленная из кур		70	
	Капуста тушеная		150	Картофельное пюре		130				Макароны отварные с маслом		130	Овощное рагу		130	
	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	408	150	Фрикадельки рыбные	423	75	Ватрушка с творогом	393	80	Шницель рыбный натуральный (минтай)	427	75	Плюшка	447	60	
	Соус молочный сладкий		50	Икра свекольная		150	Яйцо отварное		40	Картофельное пюре		150	Каша геркулесовая жидкая		180	
	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	207	180/6				
	Хлеб ржаной		30	Хлеб ржаной		20	Хлеб ржаной		20	Печенье		20	Хлеб ржаной		20				
		1800				1820				1800				1804		1811			
День6				День7				День8				День9				День10			
Завтрак	Наименование блюда	358	выход	Наименование блюда	406	выход	Наименование блюда	369	выход	Наименование блюда	406	выход	Наименование блюда	423	выход				
	Яйцо отварное. Икра кабачковая		40/100	Суп молочный с крупой (гречневой)		180	Омлет натуральный. Зеленый горошек		85/52	Каши геркулесовая		180	Каши пшеничная жидкая		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	666	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 птицей (филе ЦБ)		210	Котлета, рубленая из кур		70				
	Каши гречневая рассып.с маслом		150	Капуста тушеная		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	428	60/30	Запеканка из творога с повидлом	397	130/40				
	Рис отварной		130	Каши 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		
			1819			1803			1807			1799			1805		