



**Таблица ПЛАН-МЕНЮ**  
летне-осенний период

для МБДОУ с 10,5-12 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (от 1-го до 3-х лет)

**2-я неделя / 1. понедельник**

№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход блюда, г.		
		1	2	3
<b>завтрак</b>				
1	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	140/3		
2	Суп	008		
3	Масло сливочное	005		
4	Чай с молоком и сахаром	158		
5	Хлеб пшеничный	025		

<b>2-ой завтрак</b>				
1	Яблоко	050		
<b>обед</b>				
1	Суп из овощей с горохом и зеленью	050		
2	Суп картофельный с клецками и зеленью	200/3		
3	Котлета из говядины паровая	060		
4	Капуста цветная отварная с маслом	125		
5	Компот из яблок	150		
6	Хлеб ржаной	036		

<b>уплотненный полдник</b>				
1	Сырники с молоком стученым	095 (80/16)		
2	Бифидок	170		
3	Хлеб пшеничный	020		
4	Пряники	025		

**2-я неделя / 2. вторник**

№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход блюда, г.		
		1	2	3
<b>завтрак</b>				
1	Каша молочная пшеница (жидкая)	140		
2	Масло сливочное	005		
3	Кoferный напиток на молоке	150		
4	Хлеб пшеничный	025		
5	Банан	060		

<b>2-ой завтрак</b>				
1	Сок персиковый	150		
<b>обед</b>				
1	Суп из овощей с картофелем и зеленью	070		
2	Щи из свежей капусты с зеленым соусом	200/3		
3	Тефтели из говядины с картофельным соусом	120 (80/50)		
4	Картофельное пюре	100		
5	Компот из черносливки	150		
6	Хлеб ржаной	036		

<b>уплотненный полдник</b>				
1	Икра кабачковая	040		
2	Рыба, запеченная в омлете	110		
3	Чай с лимоном	163 (150/8/5)		
4	Пирожки печенье с капустой	050		
5	Хлеб пшеничный	020		

**2-я неделя / 3. среда**

№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход блюда, г.		
		1	2	3
<b>завтрак</b>				
1	Каша молочная "Дружба"	140/5		
2	Масло сливочное	005		
3	Сыр	008		
4	Хлеб пшеничный	022		
5	Напиток на молоке	150		
6	Яблоко	060		

<b>2-ой завтрак</b>				
1	Сок морковно-тырвенный	150		
<b>обед</b>				
1	Суп из овощей с горохом, гречихой и зеленью	200/12/3		
2	Суп картофельный с горохом, гречихой и зеленью	200/12/3		
3	Оладьи из печени	060		
4	Макаронные отварные	080		
5	Кисель плодово-ягодный	150		
6	Хлеб ржаной	036		

<b>уплотненный полдник</b>				
1	Запеканка морковно-тырвенная со сметаной	112 (100/12)		
2	Ряженка	170		
3	Хлеб пшеничный	020		

**2-я неделя / 4. четверг**

№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход блюда, г.		
		1	2	3
<b>завтрак</b>				
1	Вареницы молочная	140		
2	Масло сливочное	005		
3	Хлеб пшеничный	022		
4	Кофеинный напиток на молоке	150		
5	Банан	060		

<b>2-ой завтрак</b>				
1	Сок яблочный	150		
<b>обед</b>				
1	Суп из овощей с зеленым соусом	050		
2	Суп из овощей с зеленым соусом	200/3		
3	Бефстроганов	100 (50/50)		
4	Картофельное пюре	100		
5	Компот из груш	150		
6	Хлеб ржаной	036		

<b>уплотненный полдник</b>				
1	Помидоры свежие порционные	030		
2	Запеканка овощная с соусом	100/20		
3	Ватрушка с творогом	035		
4	Чай с молоком и сахаром	156		
5	Хлеб пшеничный	020		

**2-я неделя / 5. пятница**

№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход блюда, г.		
		1	2	3
<b>завтрак</b>				
1	Каша молочная гречневая (жидкая) с маслом	140/5		
2	Масло сливочное	005		
3	Хлеб пшеничный	022		
4	Какао на молоке	150		

<b>2-ой завтрак</b>				
1	Груша	100		
<b>обед</b>				
1	Суп из овощей с горохом и зеленью	050		
2	Суп картофельный с горохом и зеленью	200/3		
3	Индейка, тушеная в соусе с овощами	260 (40/220)		
4	Компот из кураги	150		
5	Хлеб ржаной	036		

<b>уплотненный полдник</b>				
1	Фрикадельки рыбные в соусе сметанном с томатом	075/40		
2	Картофель отварной	080/4		
3	Огурец соленый	040		
4	Булочка Школьная	030		
5	Чай с сахаром	158		
6	Хлеб пшеничный	020		

## Таблица ПЛАН-МЕНЮ

летне-осенний период  
для МБДОУ с 10,5-12 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (от 1-го до 3-х лет)

3-я неделя / 1. понедельник				3-я неделя / 2. вторник				3-я неделя / 3. среда				3-я неделя / 4. четверг				3-я неделя / 5. пятница			
№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход блюда, г		№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход блюда, г		№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход блюда, г		№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход блюда, г		№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход блюда, г	
<b>завтрак</b>				<b>завтрак</b>				<b>завтрак</b>				<b>завтрак</b>				<b>завтрак</b>			
1	Вареники молочные	140		1	Каша молочная (жидкая)	140/3		1	Каша молочная рисовая (жидкая)	140		1	Каша молочная пшеница (жидкая)	140		1	Каша молочная ячневая (жидкая)	140	
2	Масло сливочное	025		2	Сыр	025		2	Сыр	025		2	Масло сливочное	025		2	Масло сливочное	025	
3	Сыр	005		3	Какао на молоке	150		3	Масло сливочное	005		3	Чай с молоком и сахаром	158		3	Сыр	005	
4	Копченый напиток на масле	150		4	Хлеб пшеничный	025		4	Копченый напиток на масле	150		4	Хлеб пшеничный	025		4	Копченый напиток на масле	150	
5	Хлеб пшеничный	025		5	Сдобы	070		5	Хлеб пшеничный	050		5	Рисовый	050		5	Хлеб пшеничный	025	
<b>2-ой завтрак</b>				<b>2-ой завтрак</b>				<b>2-ой завтрак</b>				<b>2-ой завтрак</b>				<b>2-ой завтрак</b>			
1	Апельсин	100		1	Сок виноградный	150		1	Банан	100		1	Сок апельсиновый	150		1	Сок апельсиновый	150	
<b>обед</b>				<b>обед</b>				<b>обед</b>				<b>обед</b>				<b>обед</b>			
1	Пюре картофельное	050		1	Овощи сезонные порционно	050		1	Остатки свежие порционно	050		1	Салаты с луком и маслом	045		1	Салаты сезонные порционно	050	
2	Суп гороховый с зеленью	200/3		2	Рапаны домашний со сметаной и зеленью	200/8/3		2	Борщ (без картофеля) со сметаной и зеленью	200/8/3		2	Суп картофельный с мясными фрикадельками и зеленью	200/20/3		2	Суп из цветной капусты с фасолью и зеленью	200/3	
3	Котлета Запорожская	050		3	Азу из говядины с картофелем	180 (50/130)		3	Мясо тушеное	100 (50/50)		3	Суфле из печени	050		3	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	040	
4	Овощи тушеные в соусе	120		4	Кусочек из яблок	150		4	Макaronи отварные	080		4	Рагу из овощей	100		4	Омлет с кашей	080	
5	Компот из сухофруктов	150		5	Хлеб ржаной	035		5	Компот из черешни	150		5	Компот из яблок	150		5	Чай с лимоном	163	
6	Хлеб ржаной	035		6	Хлеб ржаной	035		6	Хлеб ржаной	035		6	Хлеб ржаной	035		6	Хлеб ржаной	035	
<b>уплотненный полдник</b>				<b>уплотненный полдник</b>				<b>уплотненный полдник</b>				<b>уплотненный полдник</b>				<b>уплотненный полдник</b>			
1	Икра кабачковая	060		1	Паштетик с творогом	100		1	Суфле из рыбы	060		1	Пудинг творожный со сметаной	107 (95/12)		1	Рыба отварная под маринадом	100 (50/50)	
2	Рыба припущенная	050		2	Ряженка	160		2	Свекла тушеная в белом соусе	120		2	Йогурт	160		2	Картофельное пюре	100	
3	Картофель отварной	100/3		3	Хлеб пшеничный	030		3	Чай с сахаром	158		3	Хлеб пшеничный	020		3	Пирожки печеные с капустой	050	
4	Чай с сахаром	158		4	Булочка молочная	035		4	Булочка молочная	035		4	Булочка молочная	035		4	Кефир	160	
5	Ватрушка с повидлом	050		5	Хлеб пшеничный	025		5	Хлеб пшеничный	025		5	Хлеб пшеничный	025		5	Хлеб пшеничный	020	
6	Хлеб пшеничный	020		6	Зефир	025		6	Зефир	025		6	Зефир	025		6	Хлеб пшеничный	020	

## Таблица ПЛАН-МЕНЮ летне-осенний период

для МБДОУ с 10,5-12 часовым пребыванием для детей дошкольного возраста (от 1-го до 3-х лет)

4-я неделя / 1. понедельник				4-я неделя / 2. вторник				4-я неделя / 3. среда				4-я неделя / 4. четверг				4-я неделя / 5. пятница			
№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход блюда г	3	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход блюда г	3	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход блюда г	3	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход блюда г	3	№ п/п	наименование и краткая характеристика	выход блюда г	3
<b>завтрак</b>				<b>завтрак</b>				<b>завтрак</b>				<b>завтрак</b>				<b>завтрак</b>			
1	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	140/3		1	Омлет натуральный	105		1	Каша молочная "Дружба"	140/4		1	Каша молочная гречневая (жидкая) с маслом	140/3		1	Каша молочная гречневая (жидкая) с маслом	140/3	
2	Сыр	.007		2	Масло сливочное	.005		2	Масло сливочное	.005		2	Масло сливочное	.005		2	Сыр	.007	
3	Масло сливочное	.005		3	Кавар на молоке	.150		3	Масло сливочное	.005		3	Чай с молоком и сахаром	.158		3	Масло сливочное	.005	
4	Чай с молоком и сахаром	.158 (150/18)		4	Хлеб пшеничный	.028		4	Ковбасы и колбасы на молоке	.150		4	Хлеб пшеничный	.025		4	Ковбасы и колбасы на молоке	.150	
5	Хлеб пшеничный	.022		5	Киви	.070		5	Хлеб пшеничный	.035		5	Апельсин	.080		5	Хлеб пшеничный	.025	
<b>2-ой завтрак</b>				<b>2-ой завтрак</b>				<b>2-ой завтрак</b>				<b>2-ой завтрак</b>				<b>2-ой завтрак</b>			
1	Хлебцы	.100		1	Сок морковно-тыквенный	.150		1	Сок персиковый	.150		1	Сок персиковый	.150		1	Сок яблочный	.150	
<b>обед</b>				<b>обед</b>				<b>обед</b>				<b>обед</b>				<b>обед</b>			
1	Ортыцки свежие порционные	.050		1	Полдник детский порционный	.050		1	Полдник детский порционный	.050		1	Полдник детский порционный	.050		1	Икра тыквенная	.060	
2	Борщ (без картофеля) со сметаной и зеленью	.200/8/3		2	Суп лапша домашняя на курином бульоне с зеленью	.200/3		2	Суп картофельный с макаронными изделиями и зеленью	.200/3		2	Суп картофельный с макаронными изделиями и зеленью	.200/3		2	Суп из овощей со сметаной и зеленью	.200/8/3	
3	Пюре из птицы	.110 (30/80)		3	Пюре из свинины	.170 (80/120)		3	Рулет мясной с луком и яйцом	.060		3	Рулет мясной с луком и яйцом	.060		3	Биточки из изделий паровые	.040	
4	Котлеты плодово-ягодный	.150		4	Компот из яблок и слив	.150		4	Колбаса тушеная	.120		4	Колбаса тушеная	.120		4	Пюре гороховое с маслом	.080/3	
5	Компот из яблок	.150		5	Хлеб ржаной	.036		5	Чай с сахаром	.158 (молоч)		5	Чай с сахаром	.158 (молоч)		5	Компот из черники	.150	
6	Хлеб ржаной	.036		6	Хлеб ржаной	.036		6	Хлеб ржаной	.036		6	Хлеб ржаной	.036		6	Хлеб ржаной	.036	
<b>уплотненный полдник</b>				<b>уплотненный полдник</b>				<b>уплотненный полдник</b>				<b>уплотненный полдник</b>				<b>уплотненный полдник</b>			
1	Запеканка из творога с соусом молочным (сладким)	.130 (90/40)		1	Овощи сезонные порционно	.050		1	Икра кабачковая	.060		1	Сырники с соусом сметанным сладким	.104 (80/24)		1	Ортыцки свежие порционно	.050	
2	Снежок	.160		2	Тефтели рыбные с соусом	.080 (50/30)		2	Шницель	.040		2	Пирожки печеные с яблоками	.050		2	Рыба отварная под маринадом	.080 (40/40)	
3	Хлеб пшеничный	.020		3	Картофель отварной	.100/2		3	Картофельное пюре	.100		3	Кефир с сахаром	.160/6		3	Картофель тушеный с луком	.100	
<b>уплотненный полдник</b>				<b>уплотненный полдник</b>				<b>уплотненный полдник</b>				<b>уплотненный полдник</b>				<b>уплотненный полдник</b>			
1	Запеканка из творога с соусом молочным (сладким)	.130 (90/40)		4	Пирожки печеные с капустой	.050		4	Бифидок	.160		4	Хлеб пшеничный	.020		4	Булочка молочная	.045	
2	Снежок	.160		5	Рулетка с сахаром	.160/7		5	Хлеб пшеничный	.025		5	Мармелад	.015		5	Чай с сахаром	.158 (150/8)	
3	Хлеб пшеничный	.020		6	Хлеб пшеничный	.020		6	Хлеб пшеничный	.025		6	Хлеб пшеничный	.020		6	Хлеб пшеничный	.020	