



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МДОУ
«Муниципальный детский сад»
С. В. Зиновьева
Приказ № 84-од от 26.08.2025г.

МЕНЮ ПРИМЕРНОЕ ДЛЯ ЗДОРОВЫХ ДЕТЕЙ НА 10 ДНЕЙ (Первая неделя)

Понедельник	Завтрак 1	Макаронные изделия отварные с маслом, с сахаром, кофейный напиток, вафли/пряники/печенье.
	Завтрак 2	Напиток лимонный.
	обед	Суп картофельный с бобовыми с мясом и гренками, рагу из овощей с мясом, салат из свежих овощей (морковь, свекла с чесноком, огурцы с помидорами, капуста белокочанная), компот из свежих фруктов/сухофруктов, хлеб ржаной.
	Уплотнённый полдник	Оладьи с повидлом/джемом, чай с сахаром, хлеб пшеничный.
Вторник	Завтрак 1	Каша манная, чай с молоком, бутерброд с маслом.
	Завтрак 2	Йогурт/снежок/кефир/ряженка
	обед	Суп «Харчо» с мясом, сметаной, макаронные изделия отварные, суфле куриное, соус белый основной, кисель, хлеб ржаной.
	Уплотнённый полдник	Сырники с соусом сметанным сладким, чай с сахаром, хлеб пшеничный.
Среда	Завтрак 1	Каша овсяная, кофейный напиток, бутерброд с маслом.
	Завтрак 2	Сок фруктовый
	обед	Суп с рыбными консервами, печень по-строгановски, картофельное пюре, соус томатный, салат из свежих овощей (морковь, свекла с чесноком, огурцы с помидорами, капуста белокочанная), компот из свежих фруктов/сухофруктов, хлеб ржаной.
	Уплотнённый полдник	Салат из кукурузы, омлет натуральный, яблоко/апельсин, чай с сахаром, хлеб пшеничный.
Четверг	Завтрак 1	Каша рисовая, какао с молоком, бутерброд с маслом.
	Завтрак 2	Йогурт/снежок/кефир/ряженка
	обед	Суп крестьянский, курица в томатном соусе, макароны отварные, компот из лимонов и яблок, хлеб ржаной.
	Уплотнённый полдник	Пирожок печеный/ватрушка с повидлом/коржик молочный, яйцо вареное, чай с сахаром, хлеб пшеничный
Пятница	Завтрак 1	Каша гречневая молочная, чай с лимоном, бутерброд с маслом.
	Завтрак 2	Сок фруктовый
	обед	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы, суфле рыбное, соус белый основной, рис отварной, салат из свежих овощей (морковь, свекла с чесноком, огурцы с помидорами, капуста белокочанная), напиток лимонный, хлеб ржаной.
	Уплотнённый полдник	Макароны с овощами, чай с сахаром, яблоко/апельсин, хлеб пшеничный.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МДОУ

«Куликовский детский сад»

В. Зиновьева

Приказ № 84 от 08.08.2025г.



МЕНЮ ПРИМЕРНОЕ ДЛЯ ЗДОРОВЫХ ДЕТЕЙ НА 10 ДНЕЙ (Вторая неделя)

Понедельник	Завтрак 1	Каша пшеничная молочная, чай с молоком, вафли/пряники/ печенье.
	Завтрак 2	Сок фруктовый
	обед	Бульон мясной/куриный с гренками, плов с курицей/мясом, салат из свежих овощей (морковь, свекла с чесноком, огурцы с помидорами, капуста белокочанная), напиток лимонный, хлеб ржаной.
	Уплотнённый полдник	Салат из зеленого горошка, омлет натуральный, чай с сахаром, хлеб пшеничный.
Вторник	Завтрак 1	Каша пшенная молочная, какао с молоком, бутерброд с маслом и сыром.
	Завтрак 2	Йогурт/снежок/кефир/ряженка
	обед	Рассольник «Ленинградский», макароны отварные, гуляш из отварного мяса, компот из свежих фруктов/сухофруктов, хлеб ржаной.
	Уплотнённый полдник	Запеканка творожная со сгущенным. молоком, чай с сахаром, хлеб пшеничный.
Среда	Завтрак 1	Вермишель молочная, кофейный напиток, бутерброд с маслом.
	Завтрак 2	Сок фруктовый
	обед	Суп с клёцками, греча рассыпчатая, соус томатный, котлета мясная, напиток лимонный, хлеб ржаной.
	Уплотнённый полдник	Пирожок печеный/ватрушка с повидлом/коржик молочный, яйцо вареное, яблоко/апельсин, чай с сахаром, хлеб пшеничный.
Четверг	Завтрак 1	Каша «Дружба», какао на молоке, бутерброд с маслом.
	Завтрак 2	Йогурт/снежок/кефир/ряженка
	обед	Щи из свежей капусты с мясом и сметаной, тушеный картофель с курой, салат из свежих овощей (морковь, свекла с чесноком, огурцы с помидорами, капуста белокочанная), кисель, хлеб ржаной.
	Уплотнённый полдник	Оладьи с повидлом, чай с сахаром, хлеб пшеничный.
Пятница	Завтрак 1	Макаронные изделия отварные с маслом и сыром, кофейный напиток, бутерброд с маслом.
	Завтрак 2	Сок фруктовый
	обед	Борщ, рис отварной, рыба с овощами, салат из свежих овощей (морковь, свекла с чесноком, огурцы с помидорами, капуста белокочанная), компот из свежих фруктов/сухофруктов, хлеб ржаной.
	Уплотнённый полдник	Ленивые голубцы, чай с сахаром, яблоко/апельсин, хлеб пшеничный.