

Согласованно
Советом по питанию
МБДОУ д/с № 42
от 15.03.2023 г. № 1

Утверждаю
Заведующий МБДОУ д/с № 42
О.В.Кротова
Приказ от 15.03.2023 г. № 58

Цикличное меню для организации питания детей в возрасте от 2 до 3 лет,
посещающих с 10,5 часовым пребыванием дошкольные образовательные
учреждения, в соответствии с физиологическими нормами
потребления продуктов питания

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ 40	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ 150	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 150	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 100	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ 150	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ 40	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ 150	КАША "ДРУЖБА" 150	ИКРА МОРКОВНАЯ 40	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ 150
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ 100	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25/5	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ 25/6/5	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ 100	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25/5	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ 25/6/5
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20/7	КАКАО С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25/5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25/5	КАКАО С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25/5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150			ЧАЙ С САХАРОМ НА МОЛОКЕ 150/7		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150			КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	
II Завтрак									
КЕФИР 150	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 90	СОК ФРУКТОВЫЙ 150	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 90	СОК ФРУКТОВЫЙ 110	КЕФИР 150	СОК ФРУКТОВЫЙ 110	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 90	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 90	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 90
Обед									
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ 40	СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ НА М/Б 150	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА КУБ 150	САЛАТ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ 60	СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ 150	САЛАТ "СВЕКОЛКА" 40	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ 150	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 60	САЛАТ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ 60	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 150
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ГОВЯДИНОЙ И ГРЕНКАМИ 150/22/20	ГУЛЯШ 50/50	СУФЛЕ ИЗ КУР 60	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ 150/24/10	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 250	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ 60/30	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 150	СУП СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА М/Б 150	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 100
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 130	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 50/30	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 100	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 130	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 130	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ 80	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ 130
СОК ФРУКТОВЫЙ 130	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 120	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК И СУХОФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 120	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	СОК ФРУКТОВЫЙ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20
			ХЛЕБ РЖАНОЙ 20					ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	
Полдник									
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 90/20	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКАМИ 80	ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ИЗЮМОМ 80	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ 150	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" 50	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) 90	ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ИЗЮМОМ 80	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ 100	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ 150	ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ 105
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 150	БАТОН 20	ЧАЙ С САХАРОМ 150/7	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ 150/7	ЧАЙ С САХАРОМ 150/7	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150/7
			КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180					БАТОН 20	КАКАО С МОЛОКОМ 150