УТВЕРЖДЕНО
приказом МБДОУ
«Колосок» с.Уютное
01.11.2025 № 100-АХ

10-дневное меню для организации питания детей с 1г. 6 м. до 3 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С ЯЧНЕВОЙ КРУПОЙ 180	ДРАЧЕНА 110	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГЕРКУЛЕСОМ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНИЧНОЙ КРУПОЙ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ 180
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 33	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 33	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 33	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 33
ЧАЙ С САХАРОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/7/3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/7/3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150
II Завтрак									
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 95	ПЕЧЕНЬЕ 12	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 95	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 95	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 95	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 100
	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 100		ПЕЧЕНЬЕ 12	ПЕЧЕНЬЕ 12		ПЕЧЕНЬЕ 12	ПЕЧЕНЬЕ 12		ПЕЧЕНЬЕ 12
Обед									
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 40	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 40	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 40	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 40	ИКРА МОРКОВНАЯ 40	ИКРА ОВОЩНАЯ 40	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ 40	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ 40	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 40	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 40
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 180	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ) 180	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 180	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ 180	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 180
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ 60	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ 60	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 150	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 60	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 120	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ 60	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 180	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ 60	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ 60	КУЛЕШ С МЯСОМ (ИЗ СМЕСИ КРУП) 150
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 110	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 110	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ 110	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	РАГУ ОВОЩНОЕ 110	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 150
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА 150		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 150	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 150		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	
Полдник									
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 60	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 50	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОЧНЫМ СОУСОМ 100	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ 80	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 120	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 50	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 110	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ 80	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 50
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 75	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 150	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 150
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20				ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/7/3	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/7/3				
ЧАЙ С МОЛОКОМ 150									