

УТВЕРЖДАЮ;

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 37»

г. Находка

Новикова А. Ю.



**ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ  
ОТ 1,5 ДО 3-Х ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ  
ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ**

Утверждаю

*Ирина А.Ю. Ковалева*

## МЕНЮ

### Если 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>Завтрак</b>									
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ 40	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 150	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 80	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ 150/10	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" 150	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 130	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 80	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ 155/10	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	КАКАО С МОЛОКОМ 150	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30
<b>II Завтрак</b>									
КОМПОТ ИЗ КОНС. ФРУКТОВ 100	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 100	КОМПОТ ИЗ КОНС. ФРУКТОВ 100	БИОЙОГУРТ, ОБОГАЩЕННЫЙ БИФИДОБАКТЕРИЯМИ, МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5-2,7% 100	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 100	КЕФИР С САХАРОМ 100	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 100	КЕФИР 100	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 100	БИОЙОГУРТ, ОБОГАЩЕННЫЙ БИФИДОБАКТЕРИЯМИ, МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5-2,7% 100
<b>Обед</b>									
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 130/15/5	ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ 30	ОВОЩИ ТУШ. (фасоль) 30	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 150/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 140/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ 130	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 150	ОВОЩИ ТУШЕН. (смесь) 30	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ 150	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ С ДОБАВЛЕНИЕМ МОРСКОЙ КАПУСТЫ 150/15/5
КНЕЛИ ИЗ КУР П/Ф ЗАПЕЧЕННЫЕ 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ 130/15	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 150/10/5	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 120	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР П/Ф, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ П/Ф 70	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 30	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ 150/15	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ 120	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 130
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 100	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 130	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ 60	СОУС СМЕТАННЫЙ 20	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 100	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 120	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ П/Ф 70/35	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ П/Ф 150	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 140	СОК ПЕРСИКОВЫЙ 100	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 100	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С" 150	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150	СОК АБРИКОСОВЫЙ 150	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 150	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА 150	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 60/30	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ П/Ф 60
ОВОЩИ ТУШ. (брокколи) 30	МЯСО ТУШЕНОЕ 50/50	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150	ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ 30	СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ 50	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ 30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 120		СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150
<b>Упл. полдник</b>									
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ 60	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ 110/10	БИТОЧЕК ИЗ РЫБЫ П/Ф 60	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 180	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ 100/30	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 120	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ 110	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ 200	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 150	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ 100/20
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ 120	ВАФЛИ 20	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ 150/20	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 125	ПРЯНИКИ 30	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 125	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БИОКЕФИР 150
СОК ПЕРСИКОВЫЙ 140	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	КЕФИР 150	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ пром. произ	КОМПОТ ИЗ КОНС. ФРУКТОВ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ КОНС. ФРУКТОВ 80	КЕКС СТОЛИЧНЫЙ пром. произ зв. 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30

