

Утверждаю
 заведующий МДОУ "Детский сад №212"
 Т.Н. Дидковская
 приказ №02-03/27 от 24.01.2025



МЕНЮ 3-7 лет 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
*КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 185	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» 185	*КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ 180	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ 185	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 185	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 185	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ 185	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	*КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 185	*СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 185
*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 30	*МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) 5	*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 30	*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 30	*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 30	*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 30	*МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) 5	*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 30	*МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) 5	*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 30
*МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) 5	*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 30	*СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	*МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) 5	*СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	*МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) 5	*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 30	*МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) 5	*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 30	*МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) 5
*ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА 180	*КАКАО С МОЛОКОМ 180	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ 180	*ЧАЙ С САХАРОМ 180	*ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА 180	*ЧАЙ С САХАРОМ 180	*КАКАО С МОЛОКОМ 180	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ 180	*ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА 180	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ 180
II Завтрак									
*КЕФИР НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 100	*ЯБЛОКО 100	*СНЕЖОК НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 100	*СОК 100	*МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ 100	*СНЕЖОК НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 100	*СОК 100	*ЯБЛОКО 100	*МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ 100	*СОК 100
Обед									
*СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ 180	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ), ГРЕНКИ 180	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, МЯСОМ 180	*СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ 180	*ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ 180	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 180	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИНОЙ ГРУДКОЙ 180	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ 180	*СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 180	*БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 185
*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	*«ЕЖИКИ» МЯСНЫЕ 135/60	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	*КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	*КАПУСТА ТУШЕНАЯ 140	*ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 150	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	*ПЮРЕ «РОЗОВОЕ» (КАРТОФЕЛЬНО - МОРКОВНОЕ) 130	*«ЕЖИКИ» МЯСНЫЕ 130/50
*КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ 80	*ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	*ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ 70	*СУФЛЕ КУРИНОЕ 70	*ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ 40/40	*ТЕФТЕЛИ 70	*СОУС СМЕТАННЫЙ 50	*КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ГРУДКА 70	*ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ 70	*ХЛЕБ РЖАНОЙ 35
*ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	*КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200	*КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ 20	*ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	*ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	*КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180	*ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	*ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	*ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200
*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180		*ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	*НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 190	*КОМПОТ ИЗ ЯГОД 180	*ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	*НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 180	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	*КОМПОТ ИЗ ЯГОД 180	
		*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180							
Уплотнённый полдник									
*СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 180/40	*ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРОЙ 180	*РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ 200	*ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 200	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 170	*КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 140	*ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 180/50	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	*КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 180
*ПЕЧЕНЬЕ 30	*ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 30	*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 30	*ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА 200	*ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ 40	*РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 80	*КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ 190	*КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ 80	*БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРЫ 70	*СЫР (ПОРЦИЯМИ) 30
*СОК 200	*ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА 180	*ЧАЙ С САХАРОМ 180	*ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 50	*ЧАЙ С САХАРОМ 200	*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 25	*ПРЯНИКИ 30	*САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 25	*ЧАЙ С САХАРОМ 180	*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 30
	*МАННИК 50	*ПРЯНИКИ 30		*ВАФЛИ 35	*ЧАЙ С САХАРОМ 180		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 25	*СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 50	*ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА 200
							*ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА 180		