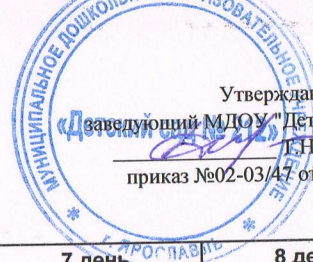


МДОУ "Детский сад №212"



Утверждаю
заведующий МДОУ "Детский сад №212"
Т.Н. Дидковская
приказ №02-03/47 от 21.04.2025

МЕНЮ 3-7 лет САД

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 ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ 185	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ 185	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	*КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 185	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ 180
*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									
*СОК 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	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 185	*СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ 180	*ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ 180	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ 180	*СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 180	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 185	*СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ 185	*БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 180
*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	*«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ 135/60	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120	*ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ 180	*КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	*РИС ОТВАРНОЙ 130	*ПЮРЕ «РОЗОВОЕ» (КАРТОФЕЛЬНО - МОРКОВНОЕ) 130	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	*ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 170	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 120
*КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ 80	*ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	*ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ 50/50	*ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 30	*ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ 40/40	*РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЁННАЯ 80	*ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ 70	*ТЕФТЕЛИ 70	*ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 35	*СУФЛЕ МЯСНОЕ 70
*ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	*КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200	*ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	*ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	*ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	*ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	*ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	*ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	*ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	*ПОМИДОР СВЕЖИЙ 30
*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180		*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	*НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 180	*КОМПОТ ИЗ ЯГОД 180	*КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180	*НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 180	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	*КОМПОТ ИЗ ЯГОД 180	*ХЛЕБ РЖАНОЙ 20
									*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180
Уплотнённый полдник									
*СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ 180/40	*ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ С КУРОЙ 185	*КАПУСТА ТУШЕНАЯ 170	*ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 180/50	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 170	*РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРОЙ 210	*ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 180/50	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	*КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150
*ПЕЧЕНЬЕ 30	*ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 35	*КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ГРУДКА 65	*ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА 180	*ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ 40	*ПОМИДОР СВЕЖИЙ 30	*КИСЕЛЬ ПЛОДОВО- ЯГОДНЫЙ 190	*КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ 80	*БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРЫ 70	*СЫР (ПОРЦИЯМИ) 40
*ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА 200	*ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА 180	*ЧАЙ С САХАРОМ 180	*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 30	*ЧАЙ С САХАРОМ 200	*ЧАЙ С САХАРОМ 180	*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 30	*САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 30	*ЧАЙ С САХАРОМ 180	*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 35
	*ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛОМ 50	*ПРЯНИКИ 30		*ВАФЛИ 35	*МАННИК 50		*БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 30	*СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 50	*ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА 200
							*ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА 180		