

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Щебетовский детский сад «Семицветик» г.Феодосии Республики Крым»

Утверждаю

Заведующий МБДОУ «Щебетовский
детский сад «Семицветик» г.Феодосии
Республики Крым»

И.В.Умерова
Приказ от 31.01.2025 №50

**Примерное десятидневное меню для возраста от 3 до 7 лет
на зимне-весенний период
2025г**

Меню

Сад

Первый день	Второй день	Третий день	Четвертый день	Пятый день	Шестой день	Седьмой день	Восьмой день	Девятый день	Десятый день
Завтрак									
Макаронны отварные с сыром 50	Суп молочный геркулесовый 200	Суп молочный с пшеном 200	Суп молочный с гречневой крупой 200	Суп молочный с макаронным и изделиями 200	Макаронны отварные с сыром 50	Суп молочный геркулесовый 200	Суп молочный с пшеном 200	Суп молочный с макаронным и изделиями 200	Суп молочный с пшеничной крупой 250
Печенье 30	Бутерброд с маслом 25	Бутерброд с сыром 40	Бутерброд с маслом 25	Бутерброд с сыром 30	Пряник 55	Чай с сахаром и лимоном 180	Бутерброд с сыром 30	Бутерброд с маслом 25	Бутерброд с сыром 30
Чай с сахаром и лимоном 180	Чай с сах. и лим. 200	Чай с сахаром и лимоном 180	Чай с сах. и лим. 200	Чай с сахаром и лимоном 180	Чай с сах. и лим. 200	Бутерброд с маслом 25	Чай с сахаром и лимоном 200	Чай с сахаром и лимоном 180	Чай с сахаром и лимоном 200
Завтрак 2									
Яблоки 121.5	Банан свежий порционный 130	Мандарины 90	Апельсин 135	Яблоки 120	Яблоки 120	Банан свежий порционный 100	Мандарины 90	Апельсин 135	Яблоки свежие 120
Обед									
Борщ с капустой свежей и картофелем 250	Суп гороховый с гренками 200	Суп лапша домашняя 200	Рассольник ленинградский 250	Суп картофельный с рыбой 250	Свекольник с яйцом 250	Суп картофельный с клецками 200	Щи из квашенной капусты со сметаной 200	Суп картофельный с горбушой 250	Суп картофельный с гречкой и мясом кур 200

Чеснок свежий 8	Тефтели мясные 70	Котлета куриная 80	Гуляш из отварного мяса 70	Чеснок для блюд 4	Чеснок свежий 8	Плов с мясом 150	Куры тушеные в томатно-сметанном соусе с овощами 220	Бефстрогано в из говядины в смет. соусе 85	Голубцы ленивые в томатной подливе 196
Котлета рыбная 80	Каша гречневая рассыпчатая 150	Каша рисовая рассыпчатая 150	Каша пшеничная рассыпчатая 110	Жаркое по домашнему 190	Картофельное пюре на молоке 150	Салат из свеклы с чесноком 50	Кабачковая икра 50	Каша гречневая рассыпчатая 150	Кисель из вишни свежемороженой 200
Картофельное пюре на молоке 140	Салат из соленых огурцов с луком 40	Винегрет овощной 60	Салат из квашеной капусты с луком 50	Салат из соленых огурцов с луком 40	Рыба тушеная с овощами 90	Компот из вишни замороженной 180	Компот из свежих яблок с курагой 180	Сок фруктовый осветленный 200	Хлеб пшеничный 30
Кабачковая икра 50	Компот из компотной смеси 150	Кисель из вишни свежемороженой 200	Компот из свежих яблок с курагой 180	Компот из вишни замороженной 180	Салат из квашеной капусты с луком 70	Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 30	Хлеб ржано – пшеничный 40
Сок фруктовый осветленный 150	Хлеб ржано – пшеничный 40	Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 30	Компот из компотной смеси 180	Хлеб ржано – пшеничный 40	Хлеб ржано – пшеничный 40	Хлеб ржано – пшеничный 40	
Хлеб пшеничный 30		Хлеб ржано – пшеничный 40	Хлеб ржано – пшеничный 40	Хлеб ржано – пшеничный 40	Хлеб пшеничный 30				
Хлеб ржано – пшеничный 40					Хлеб ржано – пшеничный 40				
Полдник									

Суп молочный с манной крупой 200	Пицца детская 100	Запеканка творожно-манная с изюмом 120	Пирожок с печенью 120	Омлет натуральный 105	Суп молочный с крупой (манная) 200	Плюшка 80	Вареники ленивые 120	Яйцо отварное 49	Ватрушка с творогом 60
Бутерброд с повидлом, с маслом 45	Кофейный напиток на молоке 160	Молоко сгущенное порционное 20	Напиток кисломолочный Снежок 180	Горошек зеленый консервированный 40	Бутерброд с повидлом, с маслом 45	Кофейный напиток на молоке 160	Напиток из шиповника 180	Салат из свеклы с солеными ог. горошек зел 60	Ряженка порционная 170
Какао на молоке 200		Компот из сухофруктов 180		Напиток из шиповника 180	Какао на молоке 200			Компот из сухофруктов 180	