Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида «Ромашка»
п. Унъюган (Весенний период 2025г.)

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ «ДСОВ «Ромашка»
Борщаич- М.Н.Борко
приказ №65-ОД от 19.02.2025г.

Перспективное 10-дневное меню для питания детей посещающих ДОУ в возрасте от 1 до 3-х лет и от 3-х до 7 лет

1 день	2 ДЕНЬ	3 ДЕНЬ	4 ДЕНЬ	5 ДЕНЬ	6 день	7 ДЕНЬ	8 ДЕНЬ	9 ДЕНЬ	10 ДЕНЬ
				ЗАВТРАК					
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 145/200	КАША МОЛОЧНАЯ «ДРУЖБА» 145/200	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ 150/190	СУП МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНЫЙ ПРОТЕРТЫЙ 145/190	ОМЛЕТ ЗАПЕЧЕННЫЙ 140/140 САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНС. 35/50	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 145/200	КАША ЖИДКАЯ ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ 145/200	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ 140/180	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ) 155/190	ОМЛЕТ ЗАПЕЧЕННЫЙ 140/140 САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНС. 35/50
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ 180\180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180\200	КАКАО С МОЛОКОМ 170\200	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ 180/180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ 150\180	КАКАО С МОЛОКОМ 180/180	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ 180/180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180\200	КАКАО С МОЛОКОМ 170\200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150\180
БУТЕРБРОДЫ ГОРЯЧИЕ С СЫРОМ 25/30	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 25/25	БАТОН 18/28 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 4/4 СЫР 9/16	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 25/30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25/30	БУТЕРБРОДЫ ГОРЯЧИЕ С СЫРОМ 25/30	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 25/25	БАТОН 18/28 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 4/4 СЫР 9/16	БАТОН 22/28 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 4/4	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25/30
СОК ФРУКТОВЫЙ 190/190	ФРУКТЫ 120/120	ФРУКТЫ 120/120	СОК ФРУКТОВЫЙ 190/190 ВАФЛИ 14/46	ФРУКТЫ 120/120 **ЗАВТРАК II**	СОК ФРУКТОВЫЙ 190/190	ФРУКТЫ 120/120	ФРУКТЫ 120/120	СОК 190/190	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120/120
				ОБЕД					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 40/60	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 40/60	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 40/60	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ 40/60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 40/60	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, КУКУРУЗЫ И РЕПЧАТОГО ЛУКА 40/60	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 40/60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ 40/60	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 40/60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ 40/60
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 150/200	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ ОТВАРНЫМ И СМЕТАНОЙ 150/200 25/25 10/11	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150/200	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ ОТВАРНОЙ 160/200 25/30	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 150/200	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 150/200 10/11	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ ОТВАРНОЙ 160/200 25/30	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ 150/200	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 150/200 10/11	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 150/200
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 130/130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 105/155	РИС ОТВАРНОЙ 100\150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130\130	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130/130	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 120/130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 130/130	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 100\150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 105/155	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130/130
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ МЯСНЫЕ 60/60	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ 70/80	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ ПО-КУНЦЕВСКИ 60/70	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ 70/80	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ 60/60	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ МЯСНЫЕ 60/60	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ 70/80	СЕРДЦЕ В СОУСЕ 65/85	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ 70/80	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ ПО-КУНЦЕВСКИ 60/70
		СОУС МОЛОЧНЫЙ 15/15							СОУС МОЛОЧНЫЙ 15/15
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150\180	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (КУРАГИ) 150\180	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ 150/200	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА 150/180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150\180	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ 150\200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150/180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150\180	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 160\180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ 150\180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15/15
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40\50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40\50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40\50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40\50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40\50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40\50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40\50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40\50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40\50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40\50
				ПОЛДНИК					
МОЛОКО 200/225	МОЛОКО 200/225	МОЛОКО 200 /225/ СНЕЖОК 150/180	МОЛОКО 200/225	МОЛОКО 200/225	МОЛОКО 200/225	МОЛОКО 200 /225	МОЛОКО 200 /225/ СНЕЖОК 150/180	МОЛОКО 200/225	МОЛОКО 200/225
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 17\27	БУЛОЧКА ЛЮБИМАЯ 45/65	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ 50/75	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 70/70	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 17\27	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 17/27	ПИРОГ С ПОВИДЛОМ 40/50	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ 50/75	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 70/70	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 17\27
				УЖИН					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40\40 ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ 130\150 БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 60/70	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 60/60 ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ СВИНИНЫ 170/200	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 160/160 КОТЛЕТЫ ИЗ КУРИЦЫ 70/80	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40\40 СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ 140/160 БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 60/70	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 200/250	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 60/60 КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 110\120 ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 70/80	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 60/60 КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110/150 ГУЛЯШ 60/70	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40\40 ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 180/200 СОУС ТОМАТНЫЙ 30/30	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 60/60 РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 160/200	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ 80/80 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 130/170 СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ 20/20
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150\180	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА 150\180	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ 150/180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ 150\180	СОК 180/180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150\180	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ 150\180	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА 150\180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 160\180	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ 150/180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/34	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/34	ХЛЕ ПШЕНИЧНЫЙ 20/34	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/34	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/34	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/34	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/34	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/34	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/34	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20/34