Утверждаю: Директор
Зотиков С.А., заведующий
МБДОУ Детский сад «Теремок»
приказ № 166 от 31.08.26

МЕНЮ

Ясли 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША РИСОВАЯ 180	КАША ЯЧНЕВАЯ 180	КАША ПШЕННАЯ 180	КАША ПШЕНИЧНАЯ 180	КАША ЗДОРОВЬЕ 180	КАША ПШЕННАЯ 180	КАША ЯЧНЕВАЯ 180	КАША МАННАЯ 180	КАША "АРТЕКОВСКАЯ" 160	КАША ОВСЯНАЯ 180
ЧАЙ С САХАРОМ 160	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 160	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 160	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 160	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 160	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 160	КАКАО С МОЛОКОМ 160	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 160
ПЕЧЕНЬЕ 20	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 30/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/5	ПЕЧЕНЬЕ 20	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 30/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 30/5
II Завтрак									
КЕФИР 160	СНЕЖОК 160	КЕФИР 160	КЕФИР 160	СНЕЖОК 2,5% 160	СНЕЖОК 160	КЕФИР 160	СНЕЖОК 160	КЕФИР 160	СНЕЖОК 160
Обед									
МОРКОВЬ ТЕРТАЯ С САХАРОМ 40	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 40	ИКРА ОВОЩНАЯ 40	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ 40	СУП ПШЕННЫЙ С МЯСОМ (КУЛЕШ) СО СМЕТАНОЙ 180	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ С САХАРОМ 40	САЛАТ СВЕКЛА С СЫРОМ 40	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 40	САЛАТ МОРКОВЬ С РЕДЬКОЙ 40	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 40
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ И СМЕТАНОЙ 180	СУП ГОРОХОВЫЙ 180	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 180	КОТЛЕТА РЫБНАЯ 50	СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ СО СМЕТАНОЙ 180	БОРЩ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 180	СУП КУДРЯВЫЙ С ЯЙЦОМ И КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ 180	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 180	УХА ИЗ ПИКШИ СО СМЕТАНОЙ 180
КОТЛЕТА МЯСНАЯ 50	СУФЛЕ ИЗ МЯСА 55	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ 170	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ 50/50	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ 40/40	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 50/30	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ 60	КОТЛЕТА МЯСНАЯ 55	ЁЖИК МЯСНОЙ С РИСОМ 60
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 160	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110	СОУС ПОЛЬСКИЙ 30	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 120	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 120	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 120	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 110
СОУС ТОМАТНЫЙ 30	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 160	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 160	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 160	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 160	СОУС ТОМАТНЫЙ 30	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 160
СОК ФРУКТОВЫЙ 190	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 160	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40								ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	
Уплотнённый полдник									
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ФРУКТОВОЙ ПОДЛИВОЙ 130/30	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С РИСОМ ПО ДОМАШНЕМУ 170	ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ С МЯСОМ 160	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ 160	САЛАТ МОРКОВЬ ТЕРТАЯ С ЯБЛОКОМ 40	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ 130/40	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРОЙ 170	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 160	ГОЛУБЕЦ ЛЕНИВЫЙ С МЯСОМ И РИСОМ 160	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ФРУКТОВОЙ ПОДЛИВОЙ (ПОВИДЛО) 130/30
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160	КИСЕЛЬ 160	СОУС ТОМАТНЫЙ 50	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 160	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 160	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 200	СОУС СМЕТАННЫЙ 30	КИСЕЛЬ 160
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 60	БАТОН 30	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160	БАТОН 30	КИСЕЛЬ 160	ПЛЮШКА ДОМАШНЯЯ 60	БАТОН 30	ПРЯНИК 30	ЧАЙ С САХАРОМ 180	БАТОН 30
АПЕЛЬСИН 100	ЯБЛОКО 100	БАТОН 30	АПЕЛЬСИН 100	БАТОН 30	АПЕЛЬСИН 100	ЯБЛОКО 100	БАТОН 30	БАТОН 30	ЯБЛОКО 100
				ЯБЛОКО 100			БАНАН 100		

Утверждаю: Зам. Зотиева С.А. заведующий МБДОУ «Детский сад «Теремок» приказ №166 от 31.08.26

МЕНЮ

Сад 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША РИСОВАЯ 200	КАША ЯЧНЕВАЯ 200	КАША ПШЁННАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ 200	КАША "ЗДОРОВЬЕ" 200	КАША ПШЁННАЯ 200	КАША ЯЧНЕВАЯ 200	КАША МАННАЯ 200	КАША "АРТЕКОВСКАЯ" 200	КАША ОВСЯННАЯ 200
ЧАЙ С САХАРОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200
ПЕЧЕНЬЕ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 40/5/15	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40/7	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40/7	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40/7	ПЕЧЕНЬЕ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 40/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40/7	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 40/7
II Завтрак									
КЕФИР 160	СНЕЖОК 160	КЕФИР 160	КЕФИР 160	СНЕЖОК 160	СНЕЖОК 160	КЕФИР 160	СНЕЖОК 160	КЕФИР 160	СНЕЖОК 160
Обед									
МОРКОВЬ ТЕРТАЯ С САХАРОМ 60	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	ИКРА ОВОЩНАЯ 60	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ 60	СУП КУЛЕШ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 200	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ С САХАРОМ 60	САЛАТ СВЕКЛА С СЫРОМ 60	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60	МОРКОВЬ С РЕДЬКОЙ 60	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 60
СУП МОЛОЧНЫЙ С РОЖКАМИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ СО СМЕТАНОЙ 200	СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 200	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 200	КОТЛЕТА РЫБНАЯ 60	СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ СО СМЕТАНОЙ 200	БОРЩ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 200	СУП КУДРЯВЫЙ С ЯЙЦОМ И КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ 200	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ 200	УХА ИЗ ПИКШИ СО СМЕТАНОЙ 200
КОТЛЕТА МЯСНАЯ 60	СУФЛЕ ИЗ МЯСА 55	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ 200	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ 50/50	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 120	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ 50/50	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ СО СМЕТАНОЙ 50/30	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ 60	КОТЛЕТА МЯСНАЯ 60	ЁЖИК МЯСНОЙ С РИСОМ 60
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 190	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	СОУС ПОЛЬСКИЙ 30	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 140	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 140
СОУС ТОМАТНЫЙ 30	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 190	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 190	СОК ФРУКТОВЫЙ 190	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 190	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ 30	СОУС ТОМАТНЫЙ 30	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 190
СОК ФРУКТОВЫЙ 190	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50		ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 190	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 190	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50							ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	
Уплотнённый полдник									
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ФРУКТОВОЙ ПОДЛИВОЙ 150/30	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С РИСОМ ПО-ДОМАШНЕМУ 200	ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ С МЯСОМ 180	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ 180	САЛАТ МОРКОВЬ ТЕРТАЯ С ЯБЛОКОМ 40	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ 150	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРОЙ 200	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 170	ГОЛУБЕЦ ЛЕНИВЫЙ С МЯСОМ И РИСОМ 170	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ФРУКТОВОЙ ПОДЛИВОЙ (ПОВИДЛО) 150/40
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 60	КИСЕЛЬ 200	СОУС ТОМАТНЫЙ 50	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 170	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 200	СОУС СМЕТАННЫЙ 30	КИСЕЛЬ 200
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	БАТОН 30	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	БАТОН 30	КИСЕЛЬ 200	ПЛЮШКА ДОМАШНЯЯ 60	БАТОН 30	ПРЯНИК 40	ЧАЙ С САХАРОМ 200	БАТОН 30
АПЕЛЬСИН 100	ЯБЛОКО 100	БАТОН 30	АПЕЛЬСИН 100	БАТОН 30	БАТОН 40	ЯБЛОКО 100	БАТОН 30	БАТОН 30	ЯБЛОКО 100
		ЯБЛОКО 100			АПЕЛЬСИН 100				