

«УТВЕРЖДЕНО» приказом от 09.07.2025 № 116
Заведующего МБДОУ «Детский сад «Лучик» с. Пионерское»

Лето -осень 10дневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 8 с 10,5 часовым режимом пребывания в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов О.Ю. Ершова

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Суп молочный с овсянкой 180г Бутерброд с маслом/40/5г Чай с сахаром/180г	Суп молочный с крупой/пшено/180г Бутерброд с маслом и сыром 40/5/10г Какао с молоком 180г	Суп молочный с гречневой крупой/180г Бутерброд с маслом/40/5г Чай с сахаром/180г	Суп молочный с макаронами 180г Бутерброд с маслом 40г Какао с молоком 180г	Суп молочный с манной крупой 180г Яйцо вареное 40г Какао с молоком 180г	Суп молочный с манной 180г Бутерброд с маслом и сыром 40/5/10г Чай с сахаром 180г	Суп молочный с слизистый / 180г Хлеб с маслом 40/5г Кофейный напиток/ 180г	Суп молочный с макаронными изделиями / 180г Бутерброд с маслом и сыром 40/5/10г Чай с лимоном/180г	Суп молочный с крупой Пшено/180г Бутерброд с маслом 40/5г Какао с молоком/180г	Суп молочный с гречкой /180г Бутерброд с маслом и сыром 40/5/10г Чай с сахаром 180г
Сок фруктовый /180г Печенье/35г	Фрукты/100г	Йогурт /180г Печенье/ 35г.	Сок фруктовый /180г Печенье /35г	Фрукты 100г	завтрак Сок фруктовый /180г Печенье 35г	Фрукты/100г	Йогурт /180г Печенье /35г	Фрукты/100г	Ряженка/180г Печенье /35г
Суп с мясом, картофелем и зеленым горошком/ 180г Рыба тушеная с овощами /65г Рис отварной /120г Салат со свежей капусты и моркови 50г Хлеб пшеничный/ржаной 40/40г Компот из сухофруктов 180г	Суп с картофелем и вермшелью 180г Тефтели мясные /80г Каша гречневая рассыпчатая /120г Салат из свежей капусты 40г Хлеб пшеничный ржаной 40/40г Компот из сухофруктов 180г	Суп фасолевый / 180г Птица, тушенная в соусе с овощами Соус сметанный /180г Салат из свежих огурцов /50г Хлеб пшеничный/ржаной 40/40г Напиток из шиповника /180г	Борщ с мясом /180г Гуляш из отварного мяса 120г Пюре картофельное 120г Салат о свежих огурцов 50г Хлеб пшеничный/ржаной 40/40г Компот из сухофруктов 180г	Суп с мясом и картофелем и клецками /180г. Рыба запеченная соусом молочный 60г Рис отварной 120г Салат из свежей капусты 50г Хлеб пшеничный/ржаной 40/40г Компот из сухофруктов 180г	Щи с мясом из свежей капусты /180г Рыбное суфле/60г Пюре картофельное-120г Салат овощной /50г Хлеб пшеничный/ржаной 40/40г Напиток из плодов шиповника 180г	Суп с бобовыми/ 180г Котлеты из говядины/ 80г Крупа гречневая 120г Салат из свежей капусты /50г Компот из сушеных фруктов /180г Хлеб пшеничный/ржаной 40/40г	Суп картофельный с клецками / 180г Плов с курицей 120г Салат из капусты со свежим огурцом 50г Хлеб пшеничный/ржаной /40/40г Напиток из шиповника /180г	Борщ с мясом 180г. Печеночная запеканка с рисом 120г Салат из свежих огурцов /50г Хлеб ржаной/пшеничный/40/40г Напиток из шиповника /180г	Суп картофельный с крупой/180г Тефтели мясные/80г Пюре картофельное/120г Салат из свежих огурцов 50 г. Хлеб пшеничный/ржаной/40/40г Напиток из шиповника /180г
Ватрушки фарш творожный/65г Какао с молоком-180г	Омлет натуральный 60г Икра кабачковая 50г Чай с сахаром/150г	Запеканка творожная 70г Кофейный напиток с молоком/ 180г	Пицца детская /50г Какао с молоком/180г.	Булочка творожная 65г Молоко кипяченое/180г	Булочка с джемом 65г Какао с молоком 180г.	Макароны с сыром 100г Чай с сахаром 180г	Запеканка из творога 70г Какао с молоком/ 180г	Омлет 60г, Икра кабачковая 50г Хлеб пшеничный 40г Чай с сахаром /180г	Булочка творожная 65г Молоко кипяченое/180г

УТВЕРЖДЕНО» приказом от 09.07.2025 № 118
Заведующего МБДОУ «Детский сад «Лучик» с. Пионерское»

О.Ю. Ершова

Лето-осень 10дневное меню для организации питания детей в возрасте от 1,5 до 3 с 10,5 часовым режимом пребывания в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Суп молочный с слизистый овсянка 150г бублик с маслом 30/5г Чай с сахаром/ 150г	Суп молочный с крупой Пшено/150г Бублик с маслом и сыром 30/5/10г Какао с молоком 150г	Суп молочный с гречневой крупой/150г Бублик с маслом 30/5г Чай с сахаром/ 150г	Суп молочный с макаронами 150г Бублик с маслом и сыром 30/5/10г Чай с лимоном/150г	Суп молочный с манной 150г Яйцо вареное Хлеб 30г Какао с молоком 150г	Суп манный 150г Бублик с маслом и сыром 30/5/10г Чай с сахаром 150г	Суп молочный с слизистый / 150г Хлеб с маслом 35/5г Кофейный напиток/ 150г	Суп молочный с макаронными изделиями 150г Бублик с маслом и сыром 30/5/10г Чай с лимоном/150г	Суп молочный с крупой /пшено/150г Бублик с маслом 30/5г Какао с молоком/ 150г	Суп молочный с гречкой 150г Бублик с маслом и сыром 30/5/10г Чай с сахаром 150г
Сок фруктовый /100г Печенье /35г	Фрукты/95г	Йогурт /150г Печенье /35г	Сок фруктовый /100г Печенье /35г	Второй Фрукты 95г	завтрак Сок фруктовый /100г Печенье /35г	Фрукты/95г	Йогурт /150г Печенье /35г	Фрукты/95г	Ряженка/150г Печенье/ 35г
Суп с мясом, картофель и зеленым горошком/ 150г Рыба тушеная с овощами /65г Рис отварной /100г Салат из свежей капусты и моркови 50г. Хлеб пшеничный/ржаной 30/30г Компот из сухофруктов 150г	Суп с картофельный с вермишелью /150г Тефтели мясные /60г Каша гречневая разсыпчатая 100г Салат из свежей капусты 50г Хлеб пшеничный/ 30г Компот из сухофруктов 150г	Суп фасолевый / 150г Птица, тушеная в соусе Салат из свежих овощей /180г Сметанный /50г Хлеб пшеничный/ржаной 30/30г Напиток из шиповника /150г	Борщ с мясом /150г Гуляш из отварного мяса 100г Пюре картофельное 100г Салат из свежих огурцов 50г Хлеб пшеничный/ржаной 30/30г Компот из сухофруктов 150г	Суп с мясом, картофелем и клетками/150г. Рыба запеченная соусом молочный 60г Рис отварной/100г Салат из капусты 50г Хлеб пшеничный/ржаной 30/30г Компот из сухофруктов 150г	Щи с мясом из свежей /150г Рыбное суфле/60г Пюре картофельное- 100 г Салат овощной /50г Хлеб пшеничный/ржаной /30/30г Напиток из шиповника 150г	Суп с бобовыми 150г Котлеты из говядины/ 60 Крупа гречневая 100г Салат из свежей капусты /50г Компот из сушеных фруктов /150г Хлеб пшеничный/ржаной 30/30	Суп картофельный с клетками / 150г Плов с курицей 120г Салат из капусты с свежим огурцом /50г Хлеб пшеничный/ржаной/30/30г Напиток из шиповника /150г	Борщ с мясом 150 г. Печеночная запеканка с рисом 100г Салат из свежих огурцов /50 Хлеб пшеничный /ржаной/30/30г Напиток из шиповника /150г	Суп картофельный с крупой 150г Тефтели мясные 60г Пюре картофельное 100г Салат из свежих огурцов 50 г. Хлеб пшеничный/ржаной /30/30г Напиток из шиповника /150г
Ватрушки 65г - фарш творожный/ Какао с молоком-150г	Омлет натуральный 60г икра кабачковая 40г Хлеб ржаной 30г Чай с сахаром 150г	Запеканка творожная 50г Кофейный напиток с молоком/ 150г	Пицца детская /50г Какао с молоком /150г	Булочка творожная 65г Молоко кипяченое/150г	Булочка с джемом 65г Какао с молоком 150г.	Макароны с сыром 100г, Чай с сахаром 150г	Запеканка из творога 50г, Какао с молоком/ 150г	Омлет 60г Икра кабачковая 40г Хлеб пшеничный 30г Чай с сахаром /150г	Булочка творожная 65г Молоко кипяченое/150г