

**Примерное меню для детей с 2-х до 3-х лет в МДОУ
детский сад №402**

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ детский сад № 402
Пешехонова Н.А.



Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	1. Понедельник	
	Завтрак	
7.15/4/2	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	0,150
7.035	Батон с маслом	0,029
7.084/1	Кофейный напиток на молоке	0,150
	Второй завтрак	
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
	Обед	
7.27/1/3	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом	0,030
7.133/2	Суп с клецками со сметаной	0,150
7.н350	Бигус с мясом кури	0,180
7.504/1	Кисель с витаминами "Витошка"	0,150
7.044	Соль	0,003
7.003	Хлеб ржаной	0,040
7.050	Хлеб пшеничный	0,020
	Полдник	

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	2. Вторник	
	Завтрак	
7.038/6	Омлет натуральный 130 гр.	0,130
7.035	Батон с маслом	0,029
7.084	Кофейный напиток на молоке	0,150
	Второй завтрак	
7.008	Яблоко 120 гр	0,120
	Обед	
7.130/11	Салат из помидоров и огурцов с зеленью 30 гр	0,030
7.068	Борщ с фасолью вегетарианский со сметаной	0,150
7.н164/1	Рыба, тушенная с овощами в томате	0,060
7.63с-1/1	Картофель отварной	0,110
7.078	Компот из изюма	0,150
7.044	Соль	0,003
7.003	Хлеб ржаной	0,040
7.050	Хлеб пшеничный	0,020
	Полдник	

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	3. Среда	
	Завтрак	
7.2/4/2	Каша гречневая молочная с маслом сливочным 150г	0,150
7.035	Батон с маслом	0,029
7.118/2	Чай с молоком.	0,150
	Второй завтрак	
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
	Обед	
7.143/4	Салат из отварной свеклы с чесноком 30г	0,030
7.13/2/3	Суп картофельный вегетарианский со сметаной 0,15	0,150
7.н243/4	Голубцы ленивые в молочном соусе 160г	0,160
7.197/2	Компот из яблок 150г	0,150
7.044	Соль	0,003
7.003	Хлеб ржаной	0,040
7.050	Хлеб пшеничный	0,020
	Полдник	

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	4. Четверг	
	Завтрак	
7.н132/3	Макаронные изделия в молоке с маслом	0,150
7.035	Батон с маслом	0,029
7.285	Какао с молоком	0,150
	Второй завтрак	
7.090	Апельсин 120 гр	0,120
	Обед	
7.1.46/4	Сельдь с луком .	0,030
7.н145	Щи со сметаной.	0,150
7.64с/5	Картофельное пюре	0,120
7.256	Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад 80г)	0,060
7.115/1	Компот из сухофруктов.	0,150
7.044	Соль	0,003
7.003	Хлеб ржаной	0,040
7.050	Хлеб пшеничный	0,020
	Полдник	

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	5. Пятница	
	Завтрак	
7.026/1	Каша вязкая из гречи и риса молочная ("Дружба 2") со сливочным маслом	0,150
7.035	Батон с маслом	0,029
7.435/5	Сыр 9 гр	0,009
7.285	Какао с молоком	0,150
	Второй завтрак	
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
	Обед	
7.169/2	Салат картофельный с огурцом	0,030
7.274/3	Суп крестьянский с мясом со сметаной	0,150
7.163	Котлета из говядины.	0,060
7.113	Свекла, тушенная со сметаной .	0,120
7.1/10/4	Компот из яблок и кураги	0,150
7.044	Соль	0,003
7.003	Хлеб ржаной	0,040
7.050	Хлеб пшеничный	0,020
	Полдник	

7.267	Кефир 130 г	0,130
7.277/4	Макаронник 120г	0,120
7.081	Пряник 35гр	0,035

7.н066-3	Каша манная молочная со сливочным маслом	0,120
7.022/2	Чай с лимоном 150 гр	0,150
7.124р/1	Булочка с сыром 60 гр	0,060

7.40/1/1	Ацидофилин 100 г	0,100
7.16/5/2	Запеканка из творога с яблоками 120 гр	0,120

7.13/4/3	Каша пшеничная с изюмом и с маслом сливочным 120г	0,120
7.022/2	Чай с лимоном 150 гр	0,150
7.150/3	Ватрушка с повидлом	0,050

7.269	Снежок 100 г	0,100
7.18/3/3	Рагу из овощей 100г	0,100
7.308	Печенье 30гр	0,030

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
6. Понедельник		
Завтрак		
7.н123-с-1	Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом.	0,150
7.035	Батон с маслом	0,029
7.084/1	Кофейный напиток на молоке	0,150
Второй завтрак		
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
Обед		
7.2/1/3	Горошек зеленый с яйцом 21/9 гр.	0,030
7.274/6	Суп крестьянский с мясом кури со сметаной.	0,150
7.н190-3с	Гуляш из мяса кури 70 г.	0,060
7.н151-6	Макаронные изделия отварные 110 гр.	0,110
7.507/1	Напиток с витаминами "Витошка" 150г	0,150
7.044	Соль	0,005
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0,040
7.051	Хлеб пшеничный 20 гр	0,020
Полдник		
7.40/1/3	Ацидофилин 120 г	0,120
7.13/5/2	Запеканка из творога с морковью 120 гр	0,120
7.308/6	Печенье 20 гр	0,020

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
7. Вторник		
Завтрак		
7.н038/6	Омлет натуральный 120 гр.	0,120
7.189-8	Батон 25 гр	0,025
7.14/10/1	Какао с молоком 180 гр	0,180
Второй завтрак		
7.187/8	Груша 110 гр.	0,110
Обед		
7.130/11	Салат из помидоров и огурцов с зеленью 30 гр	0,030
7.14/2/3	Суп из овощей со сметаной 0,150	0,150
7.26/8/3	Суфле из мяса говядины 50 гр.	0,050
7.н047	Пюре розовое.	0,120
7.197/2	Компот из яблок 150г	0,150
7.044	Соль	0,005
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0,040
7.051	Хлеб пшеничный 20 гр	0,020
Полдник		
7.095/3	каша кукурузная молочная с маслом сливочным 120г	0,120
7.022/2	Чай с лимоном 150 гр	0,150
7.7/12/1	Ватрушка с яблоками	0,060

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
8. Среда		
Завтрак		
7.н132	Макаронные изделия в молоке с маслом	0,150
7.035	Батон с маслом	0,029
7.354/3	Чай с сахаром	0,150
Второй завтрак		
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
Обед		
7.367	Огурец консервированный 30 гр	0,030
7.н086-1	Суп гороховый со сметаной	0,150
7.н070/1	Жаркое по - домашнему 180г	0,180
7.3/10	Компот из яблок и чернослива	0,150
7.044	Соль	0,005
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0,040
7.34/2/2	Гренки 20гр	0,020
Полдник		
7.267	Кефир 130 г	0,130
7.16/5/2	Запеканка из творога с яблоками 120	0,120
7.081	Пряник 35 гр	0,035

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
9. Четверг		
Завтрак		
7.038/6	Омлет натуральный 130 гр	0,130
7.035	Батон с маслом	0,029
7.084/1	Кофейный напиток на молоке	0,150
Второй завтрак		
7.н008	Яблоко 120 гр.	0,120
Обед		
7.375	Кукуруза консервированная	0,030
7.136	Борщ вегетарианский со сметаной	0,150
7.117-4	Рыба(горбуша), запеченная с картофелем по-русски	0,150
7.115/1	Компот из сухофруктов.	0,150
7.044	Соль	0,005
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0,040
7.051	Хлеб пшеничный 20 гр	0,020
Полдник		
7.14/4/4	каша ячневая молочная с маслом сливочным 120 г	0,120
7.022/2	Чай с лимоном 150 гр	0,150
7.6/12/6	Ватрушка со сметаной 50 гр	0,050

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
10. Пятница		
Завтрак		
7.2/4/2	Каша гречневая молочная со сливочным маслом	0,150
7.189-9	Батон 35 гр	0,035
7.084/1	Кофейный напиток на молоке	0,150
Второй завтрак		
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
Обед		
7.169	Салат картофельный с огурцом	0,040
7.165	Рассольник "Ленинградский" на мясном бульоне со сметаной	0,150
7.н250/3	Запеканка капустная с говядиной 180г	0,180
7.197/2	Компот из яблок	0,150
7.044	Соль	0,005
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0,040
7.051	Хлеб пшеничный 20 гр	0,020
Полдник		
7.082-3	Снежок	0,135
7.137с	Сырники запеченные	0,110
7.262	Сгущенное молоко 10 гр	0,010

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	11. Понедельник	
	Завтрак	
7.н124с-3	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	0,150
7.035	Батон с маслом	0,029
7.13/10/2	Кофейный напиток с молоком 150 гр	0,150
	Второй завтрак	
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
	Обед	
7.28/1/3	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растител. маслом 30гр.	0,030
7.264	Суп крестьянский со сметаной	0,150
7.н350/2	Бигус с мясом кури 150г	0,150
7.504/1	Кисель с витаминами "Витоска" 150г	0,150
7.044	Соль	0,005
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0,040
7.051	Хлеб пшеничный 20 гр	0,020
	Полдник	
7.075-2	Кефир 140 г	0,140
2021/8/3/1	картофель, запеченный с яйцом 130 г	0,130
7.222-1	Мапмелад 15гр	0,150

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	12. Вторник	
	Завтрак	
7.н038/6	Омлет натуральный 120 гр.	0,120
7.035	Батон с маслом	0,029
7.285	Какао с молоком	0,150
	Второй завтрак	
7.344	Яблоко 110 гр.	0,110
	Обед	
7.143/6	Салат из свеклы с чесноком	0,040
7.137	Щи с мясом со сметаной	0,150
7.7/7/3	Запеканка из рыбы с морковью 50 гр.	0,050
7.3/3/5	Картофельное пюре.	0,110
7.115/1	Компот из сухофруктов	0,150
7.044	Соль	0,005
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0,040
7.051	Хлеб пшеничный 20 гр	0,020
	Полдник	
7.8/4/3	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 120г	0,120
7.022/2	Чай с лимоном 150 гр	0,150
7.150/3	Ватрушка с повидлом 50 гр	0,050

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	13. Среда	
	Завтрак	
7.н132/3	Макаронные изделия в молоке с маслом	0,150
7.035	Батон с маслом	0,029
7.354/4	Чай с сахаром	0,150
	Второй завтрак	
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
	Обед	
7.288/3	Салат из помидоров 30 гр.	0,030
7.195	Суп картофельный с зеленым горошком с мясом со сметаной	0,150
7.44/3/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами 100г	0,100
7.256	Гуляш из отварного мяса	0,060
7.197/2	Компот из яблок	0,150
7.044	Соль	0,005
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0,040
7.051	Хлеб пшеничный 20 гр	0,020
	Полдник	
7.40/1/4	Ацидофилин 130 г	0,130
7.13/5	Запеканка из творога с морковью 100 гр	0,100
7.308/6	Печенье	0,020

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	14. Четверг	
	Завтрак	
7.186/1	Каша вязкая из гречи и пшена молочная ("Дружба 1") с маслом	0,150
7.035	Батон с маслом	0,029
7.354/4	Чай с сахаром ..	0,150
	Второй завтрак	
7.344	Яблоко 110 гр.	0,110
	Обед	
7.130	Салат из помидоров и огурцов с зеленью	0,030
7.н-282	Свекольник на мясном бульоне со сметаной.	0,150
7.н041	Запеканка картофельная с отварным мясом .	0,150
7.110	Компот из кураги	0,150
7.044	Соль	0,005
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0,040
7.051	Хлеб пшеничный 20 гр	0,020
	Полдник	
7.14/4/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным 120 г	0,120
7.022/2	Чай с лимоном 150 гр	0,150
7.118р/3	Булочка с корицей 50г	0,050

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	15. Пятница	
	Завтрак	
7.43-2/3/2	Макаронные изделия отварные с сыром 130 гр	0,130
7.189-8	Батон 25 грамм	0,025
7.084/1	Кофейный напиток на молоке	0,150
7.185	Повидло	0,015
	Второй завтрак	
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
	Обед	
7.169	Салат картофельный с огурцом	0,040
7.25/2/3	Суп-пюре из картофеля 150 гр	0,150
7.179/4	Рис припущенный с овощами 110 гр	0,110
7.35/8/3	Суфле из печени 50 гр	0,050
7.063	Напиток из шиповника	0,150
7.044	Соль	0,005
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0,040
7.34/2/2	Гренки 20 гр	0,020
	Полдник	
7.338	Йогурт питьевой 120 г	0,120
7.12/4/3	каша пшеничная с яблоками и маслом сливочным 120г	0,120

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	16. Понедельник	
	Завтрак	
7.н123с4	Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом.	0,120
7.035	Батон с маслом	0,029
7.084	Кофейный напиток на молоке	0,150
	Второй завтрак	
7.031/2	Сок фруктовый 180 г	0,180
	Обед	
7.367	Огурец консервированный 30 гр	0,030
7.244	Бульон из кур с гречками с яйцом	0,150
7.18/3/3	Рагу из овощей 100 г	0,100
7.045	Суфле куриное с рисом	0,060
7.507/1	Напиток с витаминами "Витошка" 150г	0,150
7.044	Соль	0,003
7.003-1	Хлеб ржаной 35 гр	0,035
	Полдник	
7.075	Кефир 150 г	0,150
7.11/5	Запеканка из творога с изюмом 100 гр	0,100
7.262	Сгущенное молоко 10 гр	0,010

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	17. Вторник	
	Завтрак	
7.038/6	Омлет натуральный 130 гр	0,130
7.035	Батон с маслом	0,029
7.285	Какао с молоком	0,150
	Второй завтрак	
7.183	Банан 120 гр	0,120
	Обед	
7.29/1/2	Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст.мас 40гр.	0,040
7.6/2/2	Щи из свежей капусты со сметаной	0,150
7.179/1	Рис припущенный с овощами .	0,120
7.6/7/3	Рыба, запеченная в молочном соусе 50гр.	0,050
7.028	Компот из чернослива	0,150
7.к-1/133	Куркума	0,001
7.044	Соль	0,003
7.003-1	Хлеб ржаной 35 гр	0,035
7.050	Хлеб пшеничный 20 гр	0,020
	Полдник	
7.15/4/3	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 120г	0,120
7.118р/4	Плюшка с маком	0,060
7.022/2	Чай с лимоном	0,150

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	18. Среда	
	Завтрак	
7.095	Каша кукурузная молочная с маслом	0,150
7.354/4	Чай с сахаром	0,150
7.035	Батон с маслом	0,029
	Второй завтрак	
7.031/2	Сок фруктовый 180 г	0,180
	Обед	
7.19/1/2	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом 40 гр.	0,040
7.274	Суп крестьянский на мясном бульоне со сметаной	0,150
7.152/5	Азу 150г	0,150
7.110	Компот из кураги	0,150
7.044	Соль	0,003
7.003	Хлеб ржаной	0,040
7.050	Хлеб пшеничный	0,020
	Полдник	
7.40/1/6	Ацидофилин 150г	0,150
7.16/5/2	Запеканка из творога с яблоками 120	0,120

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	19. Четверг	
	Завтрак	
7.н132	Макаронные изделия в молоке с маслом.	0,150
7.285	Какао с молоком	0,150
7.035	Батон с маслом	0,029
	Второй завтрак	
7.008	Яблоко 120гр	0,120
	Обед	
7.13/1/3	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом 30 гр.	0,030
7.254	Борщ с мясом со сметаной .	0,150
7.3/3/5	Картофельное пюре 110гр	0,110
7.256	Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад 80г)	0,060
7.115/2	Компот из сухофруктов 180г	0,180
7.044	Соль	0,003
7.003	Хлеб ржаной	0,040
7.050	Хлеб пшеничный	0,020
	Полдник	
7.14/4/4	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	0,120
7.8/12	Сдоба обыкновенная 60гр	0,060
7.022/2	Чай с лимоном	0,150

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	20. Пятница	
	Завтрак	
7.186/1	Каша вязкая из гречи и пшена молочная ("Дружба 1") с маслом	0,150
7.035	Батон с маслом	0,029
7.435/2	Сыр 10 гр	0,010
7.285	Какао с молоком	0,150
	Второй завтрак	
7.031/2	Сок фруктовый 180 г	0,180
	Обед	
7.275/2	Икра кабачковая 30гр	0,030
7.424	Суп из свежей рыбы с крупой	0,150
7.н233	Капуста тушеная	0,110
7.163	Котлета из говядины	0,060
7.197/2	Компот из яблок 150г	0,150
7.044	Соль	0,005
7.34/2/2	Гренки	0,020
7.003-1	Хлеб ржаной 35 гр	0,035
	Полдник	
7.270-4	Йогурт питьевой 115г	0,115
7.н253/4	Рис в молоке со сливочным маслом 100 г.	0,100
7.015/2	Вафли 22гр	0,220

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428923

Владелец Пешехонова Наталья Александровна

Действителен с 31.10.2024 по 31.10.2025