

**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
	<b>1. Понедельник</b>	
	<b>Завтрак</b>	
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
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
	<b>Обед</b>	
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
	<b>Полдник</b>	

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>2. Вторник</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.038/6	Омлет натуральный 130 гр.	0,130
7.035	Батон с маслом	0,029
7.084	Кофейный напиток на молоке	0,150
	<b>Второй завтрак</b>	
7.008	Яблоко 120 гр	0,120
	<b>Обед</b>	
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
	<b>Полдник</b>	

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>3. Среда</b>	
	<b>Завтрак</b>	
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
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
	<b>Обед</b>	
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
	<b>Полдник</b>	

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>4. Четверг</b>	
	<b>Завтрак</b>	
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
	<b>Второй завтрак</b>	
7.090	Апельсин 120 гр	0,120
	<b>Обед</b>	
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
	<b>Полдник</b>	

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>5. Пятница</b>	
	<b>Завтрак</b>	
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
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
	<b>Обед</b>	
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
	<b>Полдник</b>	

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
<b>6. Понедельник</b>		
<b>Завтрак</b>		
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
<b>Второй завтрак</b>		
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
<b>Обед</b>		
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
<b>Полдник</b>		
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
<b>7. Вторник</b>		
<b>Завтрак</b>		
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
<b>Второй завтрак</b>		
7.187/8	Груша 110 гр.	0,110
<b>Обед</b>		
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
<b>Полдник</b>		
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
<b>8. Среда</b>		
<b>Завтрак</b>		
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
<b>Второй завтрак</b>		
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
<b>Обед</b>		
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
<b>Полдник</b>		
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
<b>9. Четверг</b>		
<b>Завтрак</b>		
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
<b>Второй завтрак</b>		
7.н008	Яблоко 120 гр.	0,120
<b>Обед</b>		
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
<b>Полдник</b>		
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
<b>10. Пятница</b>		
<b>Завтрак</b>		
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
<b>Второй завтрак</b>		
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
<b>Обед</b>		
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
<b>Полдник</b>		
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
	<b>11. Понедельник</b>	
	<b>Завтрак</b>	
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
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
	<b>Обед</b>	
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
	<b>Полдник</b>	
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
	<b>12. Вторник</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.н038/6	Омлет натуральный 120 гр.	0,120
7.035	Батон с маслом	0,029
7.285	Какао с молоком	0,150
	<b>Второй завтрак</b>	
7.344	Яблоко 110 гр.	0,110
	<b>Обед</b>	
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
	<b>Полдник</b>	
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
	<b>13. Среда</b>	
	<b>Завтрак</b>	
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
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
	<b>Обед</b>	
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
	<b>Полдник</b>	
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
	<b>14. Четверг</b>	
	<b>Завтрак</b>	
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
	<b>Второй завтрак</b>	
7.344	Яблоко 110 гр.	0,110
	<b>Обед</b>	
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
	<b>Полдник</b>	
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
	<b>15. Пятница</b>	
	<b>Завтрак</b>	
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
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031/2.	Сок фруктовый 180 г	0,180
	<b>Обед</b>	
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
	<b>Полдник</b>	
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
	<b>16. Понедельник</b>	
	<b>Завтрак</b>	
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
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031/2	Сок фруктовый 180 г	0,180
	<b>Обед</b>	
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
	<b>Полдник</b>	
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
	<b>17. Вторник</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.038/6	Омлет натуральный 130 гр	0,130
7.035	Батон с маслом	0,029
7.285	Какао с молоком	0,150
	<b>Второй завтрак</b>	
7.183	Банан 120 гр	0,120
	<b>Обед</b>	
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
	<b>Полдник</b>	
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
	<b>18. Среда</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.095	Каша кукурузная молочная с маслом	0,150
7.354/4	Чай с сахаром	0,150
7.035	Батон с маслом	0,029
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031/2	Сок фруктовый 180 г	0,180
	<b>Обед</b>	
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
	<b>Полдник</b>	
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
	<b>19. Четверг</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.н132	Макаронные изделия в молоке с маслом.	0,150
7.285	Какао с молоком	0,150
7.035	Батон с маслом	0,029
	<b>Второй завтрак</b>	
7.008	Яблоко 120гр	0,120
	<b>Обед</b>	
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
	<b>Полдник</b>	
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
	<b>20. Пятница</b>	
	<b>Завтрак</b>	
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
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031/2	Сок фруктовый 180 г	0,180
	<b>Обед</b>	
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
	<b>Полдник</b>	
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