

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



**Примерное меню для детей с 3-х до 7-ми лет в МДОУ  
детский сад №402**

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции	Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции	Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции	Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции	Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>1. Понедельник</b>			<b>2. Вторник</b>			<b>3. Среда</b>			<b>4. Четверг</b>			<b>5. Пятница</b>	
	<b>Завтрак</b>			<b>Завтрак</b>			<b>Завтрак</b>			<b>Завтрак</b>			<b>Завтрак</b>	
7.15/4/2	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	0,150	7.038/5	Омлет натуральный 150 гр.	0,150	7.2/4/2	Каша гречневая молочная с маслом сливочным 150г	0,150	7.н132/3	Макаронные изделия в молоке с маслом	0,200	7.026/3	Каша вязкая из гречи и риса молочная ("Дружба 2") со сливочным маслом	0,180
7.035	Батон с маслом	0,045	7.035	Батон с маслом	0,045	7.035	Батон с маслом	0,045	7.035	Батон с маслом	0,045	7.035	Батон с маслом	0,045
7.084/1	Кофейный напиток на молоке	0,200	7.084	Кофейный напиток на молоке	0,200	7.118/2	Чай с молоком.	0,200	7.285	Какао с молоком	0,200	7.435/2	Сыр 10 гр	0,010
												7.285	Какао с молоком	0,200
	<b>Второй завтрак</b>			<b>Второй завтрак</b>			<b>Второй завтрак</b>			<b>Второй завтрак</b>			<b>Второй завтрак</b>	
7.031-1	Сок фруктовый 200 г	0,200	7.092	Яблоко 130 гр	0,130	7.031-1	Сок фруктовый 200 г	0,200	7.202	Апельсин 140 гр	0,140	7.031-1	Сок фруктовый 200 г	0,200
	<b>Обед</b>			<b>Обед</b>			<b>Обед</b>			<b>Обед</b>			<b>Обед</b>	
7.27/1	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 50гр.	0,050	7.130	Салат из помидоров и огурцов с зеленью 50 гр	0,050	7.143/3	Салат из отварной свеклы с чесноком 50г	0,050	7.1.46/5	Сельдь с луком .0,050	0,050	7.169/2	Салат картофельный с огурцом 50гр	0,050
7.133/2	Суп с клецками со сметаной	0,200	7.068	Борщ с фасолью вегетарианский со сметаной	0,200	7.13/2	Суп картофельный вегетарианский со сметаной 0,18	0,180	7.н145	Щи со сметаной.	0,200	7.274/3	Суп крестьянский с мясом со сметаной	0,200
7.н350	Бигус с мясом кури	0,230	7.н164/1	Рыба, тушенная с овощами в томате	0,080	7.н243/1	Голубцы ленивые в молочном соусе 200г	0,200	7.64с/5	Картофельное пюре	0,150	7.163	Котлета из говядины.	0,080
7.504/2	Кисель с витаминами "Витошка"	0,180	7.63с-1/1	Картофель отварной	0,130	7.197	Компот из яблок 200	0,200	7.256	Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад 80г)	0,080	7.н113/4	Свекла, тушенная со сметаной .	0,130
7.044	Соль	0,005	7.078	Компот из изюма	0,200	7.044	Соль	0,005	7.115/1	Компот из сухофруктов.	0,200	7.1/10/4	Компот из яблок и кураги	0,200
7.003	Хлеб ржаной	0,040	7.044	Соль	0,005	7.003	Хлеб ржаной	0,040	7.044	Соль	0,005	7.044	Соль	0,005

7.051	Хлеб пшеничный	0,025
	<b>Полдник</b>	
7.075	Кефир 150 г	0,150
7.277/4	Макаронник 120г	0,120
7.081	Пряник 35гр	0,035

7.003	Хлеб ржаной	0,040
7.051	Хлеб пшеничный	0,025
	<b>Полдник</b>	
7.н066-3	каша манная молочная со сливочным маслом	0,120
7.022/2	Чай с лимоном 200гр	0,200
7.124р/2	Булочка с сыром 80 гр	0,080

7.051	Хлеб пшеничный	0,025
	<b>Полдник</b>	
7.40/1/6	Ацидофилин 150 г	0,150
7.16/5/2	Запеканка из творога с яблоками 120 гр	0,120

7.003	Хлеб ржаной	0,040
7.051	Хлеб пшеничный	0,025
	<b>Полдник</b>	
7.13/4/3	Каша пшеничная с изюмом и с маслом сливочным 120г	0,120
7.022/2	Чай с лимоном 200 гр	0,200
7.150/1	Ватрушка с повидлом 80гр	0,080

7.003	Хлеб ржаной	0,040
7.051	Хлеб пшеничный	0,025
	<b>Полдник</b>	
7.082	Снежок 150г	0,150
7.18/3/2	Рагу из овощей 130г	130,000
7.308	Печенье 30гр	0,030

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>6. Понедельник</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.н123-с4	Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом.	0,180
7.035	Батон с маслом	0,045
7.084/1	Кофейный напиток на молоке	0,200
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031-1	Сок фруктовый 200 г	0,200
	<b>Обед</b>	
7.2/1/1	Горошек зеленый с яйцом 36/14гр.	0,050
7.274/6	Суп крестьянский с мясом кури со сметаной.	0,200
7.н190-3с	Гуляш из мяса кури 70 г .	0,080
7.н151-1	Макаронные изделия отварные 130 гр.	0,130
7.507/2	Напиток с витаминами "Витошка" 180г	0,180
7.044	Соль	0,005

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>7. Вторник</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.н038/6	Омлет натуральный 120 гр.	0,120
7.189-5	Батон 40 гр	0,040
7.285	Какао с молоком	0,200
	<b>Второй завтрак</b>	
7.042/1	Груша 130 гр.	0,130
	<b>Обед</b>	
7.130	Салат из помидоров и огурцов с зеленью	0,050
7.14/2	Суп из овощей со сметаной 0,200	0,200
7.26/8	Суфле из мяса говядины 80 гр.	0,080
7.н047	Пюре розовое.	0,150
7.197	Компот из яблок 200г	0,200
7.044	Соль	0,005

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>8. Среда</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.н132	Макаронные изделия в молоке с маслом	0,200
7.035	Батон с маслом	0,045
7.354/3	Чай с сахаром	0,200
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031-1	Сок фруктовый 200 г	0,200
	<b>Обед</b>	
7.367-2	Огурец консервированный 50 гр	0,050
7.н086-1	Суп гороховый со сметаной	0,200
7.н070/5	Жаркое по - домашнему 2000г	0,200
7.3/10/4	Компот из яблок и чернослива	0,200
7.044	Соль	0,005
7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0,040

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>9. Четверг</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.н038/5	Омлет натуральный 150 гр	0,150
7.035	Батон с маслом	0,045
7.084/1	Кофейный напиток на молоке	0,200
	<b>Второй завтрак</b>	
7.131	Яблоко 140 гр.	140,000
	<b>Обед</b>	
7.375/2	Кукуруза консервированная	0,045
7.136	Борщ вегетарианский со сметаной	0,200
7.117-4	Рыба(горбуша), запеченная с картофелем по-русски	0,200
7.115/1	Компот из сухофруктов 0,200	0,200
7.044	Соль	0,005
7.003	Хлеб ржаной	0,040

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>10. Пятница</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.2/4/1	Каша гречневая молочная со сливочным маслом	0,180
7.035	Батон с маслом	0,045
7.084/1	Кофейный напиток на молоке	0,200
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031-1	Сок фруктовый 200 г	0,200
	<b>Обед</b>	
7.169/2	Салат картофельный с огурцом	0,050
7.165	Рассольник "Ленинградский" на мясном бульоне со сметаной	0,200
7.н250/2	Запеканка капустная с говядиной 200г	0,200
7.197	Компот из яблок	0,200
7.044	Соль	0,005
7.003	Хлеб ржаной	0,040

7.003	Хлеб ржаной	0,040
7.051	Хлеб пшеничный	0,025
	<b>Полдник</b>	
7.40/1/3	Ацидофилин 150 г	0,150
7.13/5/2	Запеканка из творога с морковью 120 гр	0,120
7.308/6	Печенье 20 гр	0,020

7.003	Хлеб ржаной	0,040
7.051	Хлеб пшеничный	0,025
	<b>Полдник</b>	
7.095/3	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным 120г	0,120
7.022/2	Чай с лимоном 200гр	0,200
7.7/12/2	Ватрушка с яблоками	0,080

7.34/2/2	Гренки 20гр	0,020
	<b>Полдник</b>	
7.075	Кефир 150 г	0,150
7.16/5/2	Запеканка из творога с яблоками 120	0,120
7.081	Пряник 35 гр	0,035

7.051	Хлеб пшеничный	0,025
	<b>Полдник</b>	
7.14/4/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным 120 г	0,120
7.022/2	Чай с лимоном 200гр	0,200
7.6/12/4	Ватрушка со сметаной 70 гр	0,070

7.051	Хлеб пшеничный	0,025
	<b>Полдник</b>	
7.082-3	Снежок 150г	0,150
7.137с	Сырники запеченые	0,150
7.004	Сгущеное молоко 15 гр	0,015

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>11. Понедельник</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.н124 с-3	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	0,200
7.035	Батон с маслом	0,045
7.13/10	Кофеиный напиток с молоком 200 гр	0,200
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031-1	Сок фруктовый 200 г	0,200
	<b>Обед</b>	
7.28/1/1	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растител. маслом 50гр.	0,050
7.264	Суп крестьянский со сметаной	0,200
7.н350	Бигус с мясом кури	0,230
7.504/2	Кисель с витаминами "Витощка" 180г	0,180
7.044	Соль	0,005
7.003	Хлеб ржаной	0,040

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>12. Вторник</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.н038/5	Омлет натуральный 150 гр.	0,150
7.035	Батон с маслом	0,045
7.285	Какао с молоком	0,200
	<b>Второй завтрак</b>	
7.131	Яблоко 140 гр.	0,140
	<b>Обед</b>	
7.143/3	Салат из свеклы с чесноком 50г	0,050
7.137	Щи с мясом и со сметаной	0,200
7.7/7/2	Запеканка из рыбы с морковью 70 гр.	0,070
7.3/3/2	Картофельное пюре.130г	0,130
7.115/1	Компот из сухофруктов	0,200
7.044	Соль	0,005

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>13. Среда</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.н132/2	Макаронные изделия в молоке с маслом	180,000
7.035	Батон с маслом	0,045
7.0354/4	Чай с сахаром	0,200
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031-1	Сок фруктовый 200 г	0,200
	<b>Обед</b>	
7.288/2	Салат из помидоров 50 гр.	0,050
7.195	Суп картофельный с зеленым горошком с мясом со сметаной	0,200
7.44/3/2	Каша гречневая рассыпчатая с овощами 130г	0,130
7.256	Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад80г)	0,080
7.197	Компот из яблок 200г	0,200
7.044	Соль	0,005

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>14. Четверг</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.186/2	Каша вязкая из гречи и пшена молочная ("Дружба 1") с маслом	0,180
7.035	Батон с маслом	0,045
7.354/4	Чай с сахаром ..	0,200
	<b>Второй завтрак</b>	
7.131	Яблоко 140 гр.	0,140
	<b>Обед</b>	
7.130	Салат из помидоров и огурцов с зеленью	0,050
7.н-282	Свекольник на мясном бульоне со сметаной.	0,200
7.н041/4	Запеканка картофельная с отварным мясом 200г	0,200
7.110	Компот из кураги	0,200
7.044	Соль	0,005
7.003	Хлеб ржаной	0,040

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>15. Пятница</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.43-2/4	Макаронные изделия отварные с сыром 150 гр	0,150
7.035	Батон с маслом	0,045
7.084/1	Кофеиный напиток на молоке	0,200
7.185	Повидло	0,020
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031-1	Сок фруктовый 200 г	0,200
	<b>Обед</b>	
7.169/2	Салат картофельный с огурцом	0,050
7.25/2	Суп-пюре из картофеля 2000 гр	0,200
7.179	Рис припущенный с овощами 130 гр	0,130
7.35/8/1	Суфле из печени 70 гр	0,070
7.063	Напиток из шиповника	0,200
7.044	Соль	0,005

7.051	Хлеб пшеничный	0,025
	<b>Полдник</b>	
7.075	Кефир 150 г	0,150
2021/8/3/1	Картофель, запеченный с яйцом 130 г	0,130
7.222-1	Мармелад 15гр	0,015

7.003	Хлеб ржаной	0,040
7.051	Хлеб пшеничный	0,025
	<b>Полдник</b>	
7.8/4/3	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 120г	0,120
7.022/2	Чай с лимоном 200гр	0,200
7.150/4	Ватрушка с повидлом 60 гр	0,060

7.003	Хлеб ржаной	0,040
7.051	Хлеб пшеничный	0,025
	<b>Полдник</b>	
7.40/1/6	Ацидофилин 150 г	0,150
7.13/5/2	Запеканка из творога с морковью 120 гр	0,120
7.308/6	Печенье 20гр	0,020

7.051	Хлеб пшеничный	0,025
	<b>Полдник</b>	
7.14/4/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным 120 г	0,120
7.022/2	Чай с лимоном 200гр	0,200
7.118р/2	Булочка с корицей 80г	0,080

7.003	Хлеб ржаной 40 гр	0,040
7.34/2/2	Гренки 20 гр	0,020
	<b>Полдник</b>	
7.023	Йогурт питьевой 150 г	0,150
7.12/4/2	Каша пшеничная с яблоками и маслом сливочным 150г	0,150

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>16. Понедельник</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.н123 с4	Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом.	0,180
7.035	Батон с маслом	0,045
7.084	Кофейный напиток на молоке	0,200
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031-1	Сок фруктовый 200 г	0,200
	<b>Обед</b>	
7.367-2	Огурец консервированный 50 гр	0,500
7.244	Бульон из кур с гренками с яйцом	0,200
7.18/3/2	Рагу из овощей 130 г	0,130
7.045	Суфле куриное с рисом	0,080
7.507/2	Напиток с витаминами "Витошка" 180г	0,180
7.044	Соль	0,005

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>17. Вторник</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.н038/5	Омлет натуральный 150 гр	0,150
7.035	Батон с маслом	0,045
7.285	Какао с молоком	0,200
	<b>Второй завтрак</b>	
7.129	Банан 130 гр	0,130
	<b>Обед</b>	
7.29/1/1	Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцо м раст. мас 50гр.	0,050
7.6/2/2	Щи из свежей капусты со сметаной	0,180
7.179	Рис припущенный с овощами .	0,130
7.6/7/1	Рыба, запеченная в молочном соусе 80гр.	0,080
7.028	Компот из чернослива	0,200
7.к-1/133	Куркума	0,001

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>18. Среда</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.4/4/1	Каша кукурузная молочная с маслом	0,180
7.354/4	Чай с сахаром	0,200
7.035	Батон с маслом	0,045
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031-1	Сок фруктовый 200 г	0,200
	<b>Обед</b>	
7.19/1/1	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом 50 гр.	0,050
7.274	Суп крестьянский на мясном бульоне со сметаной	0,200
7.152/4	Азу 200г	0,200
7.110	Компот из кураги	0,200
7.044	Соль	0,005
7.003	Хлеб ржаной	0,040

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>19. Четверг</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.н132	Макаронные изделия в молоке с маслом 180гр	0,180
7.285/1	Какао с молоком	0,200
7.035	Батон с маслом	0,045
	<b>Второй завтрак</b>	
7.092	Яблоко 130гр	0,130
	<b>Обед</b>	
7.13/1/1	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом 50 гр.	0,050
7.254	Борщ с мясом со сметаной .	0,200
7.3/3/2	Картофельное пюре 130гр	0,130
7.256	Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад 80г)	0,080
7.115	Компот из сухофруктов 200г	0,200
7.044	Соль	0,005

Номер карты	Наименование блюда	Вес одной порции
	<b>20. Пятница</b>	
	<b>Завтрак</b>	
7.186/2	Каша вязкая из гречи и пшена молочная ("Дружба 1") с маслом	0,180
7.035	Батон с маслом	0,045
7.435/2	Сыр 10 гр	0,010
7.285	Какао с молоком	0,200
	<b>Второй завтрак</b>	
7.031-1	Сок фруктовый 200 г	0,200
	<b>Обед</b>	
7.275/1	Икра кабачковая 50гр	0,050
7.424	Суп из свежей рыбы с крупой	0,200
7.112	Капуста тушеная 130гр	0,130
7.163	Котлета из говядины	0,080
7.197	Компот из яблок 200г	0,200
7.044	Соль	0,005

7.003	Хлеб ржаной	0,040
	<b>Полдник</b>	
7.075	Кефир 150 г	0,150
7.11/5/1	Запеканка из творога с изюмом 120 гр	0,120
7.004	Сгущеное молоко 15 гр	0,015

7.044	Соль	0,005
7.003	Хлеб ржаной	0,040
7.051	Хлеб пшеничный	0,025
	<b>Полдник</b>	
7.15/4/3	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 120г	0,120
7.118р/4	Плюшка с маком 60г	0,060
7.022/2	Чай с лимоном 200гр	0,200

7.051	Хлеб пшеничный	0,025
	<b>Полдник</b>	
7.40/1/6	Ацидофилин 150г	0,150
7.16/5/2	Запеканка из творога с яблоками 120	0,120

7.003	Хлеб ржаной	0,040
7.051	Хлеб пшеничный	0,025
	<b>Полдник</b>	
7.14/4/4	каша ячневая молочная со сливочным маслом 120гр	0,120
7.8/12/1	Сдоба обыкновенная 80гр	0,080
7.022/2	Чай с лимоном 200гр	0,200

7.003	Хлеб ржаной	0,040
7.051	Хлеб пшеничный	0,025
	<b>Полдник</b>	
7.266	Йогурт питьевой 130г	0,130
7.н253/5	Рис в молоке со сливочным маслом 120 г.	0,120
7.309	Вафли 40гр	0,040

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428923

Владелец Пешехонова Наталья Александровна

Действителен с 31.10.2024 по 31.10.2025