



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МКДОУ «Слободо-  
Туринский детский сад «Теремок»  
*Н.Г. Кондрина*  
Н.Г. Кондрина  
от 30.08.2024

**Основное (организованное) 10-дневное меню**  
для организации питания детей от 1,5 до 7 лет,  
посещающих МКДОУ «Слободо-Туринский детский сад «Теремок»

День 1			День 2		
Наименование блюд	Возраст Объём порций	( граммы )	Наименование блюд	Возраст Объём порций	( граммы )
<b>Завтрак</b>	2 – 3 года	3 – 7 лет	<b>Завтрак</b>	2 – 3 года	3 – 7 лет
Суп молочный с лапшой	150	200	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	200
Чай с сахаром	150	200	Чай с сахаром	150	200
Хлеб с маслом сливочным	30\9	37,5\10	Хлеб с сыром	30\7,5	37,5\11,2
Яйцо отварное (ясли)	20	-			
10.30-11.00 Фрукты	120	125	10.30 – 11.00 Биойогурт	100	100
<b>Обед</b>			<b>Обед</b>		
Горошек зелёный	40	50	Салат из белокочанной капусты с растит. маслом	40	60
Щи из свежей капусты со сметаной	150	200	Суп картофельный с бобовыми	150	200
Котлеты из мяса говядины паровые	60	80	Суфле из рыбы	60	80
Каша гречневая рассыпчатая	120	150	Картофельное пюре с морковью	120	150
			Сок	150	-
Компот из сухофруктов	150	200	Кисель «Витошка»		200
Хлеб пшеничный	45	60	Хлеб пшеничный	45	60
<b>Полдник</b>			<b>Полдник</b>		
Пирожки печёные из дрожжевого теста с повидлом	60	70	Омлет запечённый	60	70
Биойогурт	150	200	Какао с молоком	150	200

<b>ДЕНЬ 3</b>	<b>возраст</b>		<b>ДЕНЬ 4</b>	<b>возраст</b>	
<b>Наименование блюд</b>	<b>Объём порций</b>	<b>( граммы )</b>	<b>Наименование блюд</b>	<b>Объём порций</b>	<b>( граммы )</b>
<b>Завтрак</b>	2 - 3 года	3 – 7 лет	<b>Завтрак</b>	2 – 3 года	3 – 7 лет
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	200	Запеканка из творога со сгущённым молоком	130\10	160\12
Кофейный напиток с молоком	150	200	Чай с сахаром	150	200
Хлеб с маслом сливочным	30 \9	37,5\10	Хлеб с маслом сливочным	30 \7,5	37,5 \11,2
10.30 -11.00 Сок	100	100	Яйцо отварное (ясли)	20	-
<b>Обед</b>			<b>Обед</b>		
Салат из отварной свеклы с изюмом и растит. маслом	40	60	Салат из свежих огурцов с растит. маслом	40	50
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	Рассольник с крупой и сметаной	150	200
Тефтели из мяса говядины	60	80	Котлета из мяса кур	60	80
Гарнир овощной сборный	120	150	Капуста тушёная	120	150
			Сок	150	-
Компот из сухофруктов	150	200	Витаминный напиток «Витошка»	-	200
Хлеб пшеничный	45	60	<u>Хлеб пшеничный</u>	45	60
<b>Полдник</b>			<b>Полдник</b>		
Ватрушка со сметаной	60	70	Булочка дорожная	60	70
Снежок	150	200	Молоко кипячёное	150	200

<b>ДЕНЬ 5</b>	возраст		<b>ДЕНЬ 6</b>	возраст	
	Наименование блюд	Объём порций		( граммы )	Наименование блюд
<b>Завтрак</b>	2 – 3 года	3 – 7 лет	<b>Завтрак</b>	2 – 3 года	3 – 7 лет
Омлет запечённый	130	150	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	200
Кукуруза сладкая	40	-			
Чай с сахаром	150	200	Чай с сахаром	150	200
Хлеб с сыром	30\7,5	37,5\11,2	Хлеб с маслом сливочным	30 \9	37,5 \10
10.30.-11.00 Фрукты	120	125	10.30 – 11.00 Фрукты	120	125
<b>Обед</b>			<b>Обед</b>		
Салат из отварной. моркови с растит. маслом	40	60	Кукуруза сладкая	40	50
Суп крестьянский с крупой со сметаной	150	200	Борщ со сметаной	150	200
Котлета из рыбы	60	80	Гуляш мяса из говядины	60	70
Картофельное пюре	120	150	Макаронные изделия отварные	120	150
Компот из сухофруктов	150	200	Компот из сухофруктов	150	200
Хлеб пшеничный	45	60	Хлеб пшеничный	45	60
<b>Полдник</b>			<b>Полдник</b>		
Кондитерские изделия	45	75	Пирожки печёные из дрожжевого теста с капустой	60	70
Биойогурт	150	200	Биойогурт	150	200

<b>ДЕНЬ 7</b>	возраст		<b>ДЕНЬ 8</b>	возраст	
<b>Наименование блюд</b>	Объём порций	( граммы )	<b>Наименование блюд</b>	Объём порций	( граммы )
<b>Завтрак</b>	2 – 3 года	3 – 7 лет	<b>Завтрак</b>	2 – 3 года	3 – 7 лет
Каша манная молочная с маслом сливочным	150	200	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	200
Чай с сахаром	150	200	Чай с сахаром	-	200
Хлеб с сыром	30 \7,5	37,5 \11,2	Чай с молоком (ясли)	150	-
10.30. -11.00. Биойогурт	100	100	Хлеб с маслом сливочным	30\9	37,5\10
<b>Обед</b>			10.30.-11.00 Сок	100	100
Салат из отварной свеклы с растит маслом	40	60	<b>Обед</b>		
Суп картофельный с бобовыми	150	200	Салат из отварной моркови с растит. маслом	40	60
Тефтели из мяса говядины	60	80	Суп из овощей со сметаной	150	200
Гарнир овощной сборный	150	200	Суфле из рыбы	60	80
Сок	150	-	Картофельное пюре	120	150
Кисель «Витошка»	-	200			
Хлеб пшеничный	45	60	Компот из сухофруктов	150	200
			Хлеб пшеничный	45	60
<b>Полдник</b>			<b>Полдник</b>		
Омлет запечённый	60	70	Ватрушка с повидлом	60	70
Какао с молоком	150	200	Снежок	150	200

ДЕНЬ 9	возраст		ДЕНЬ 10	возраст	
	Наименование блюд	Объём порций		( граммы )	Наименование блюд
<b>Завтрак</b>	2 – 3 года	3 – 7 лет	<b>Завтрак</b>	2 – 3 года	3 – 7 лет
Запеканка из творога со сгущённым молоком	130\10	160\12	Каша пшённая молочная с маслом сливочным	150	200
Чай с сахаром	150	200	Кофейный напиток с молоком	150	200
Хлеб с маслом сливочным	30 \9	37,5\10	Хлеб с сыром	30 \7,5	37,5\11,2
Яйцо отварное(ясли)	20	-			
10.30.-11.00 Сок	100	100	10.30 – 11.00 Фрукты	120	125
<b>Обед</b>			<b>Обед</b>		
Салат из свежих огурцов с растит. маслом	40	50	Салат из отварной свеклы с растит. маслом	40	60
Борщ со сметаной	150	200	Суп – пюре из картофеля	150	200
			Гренки	20	20
Плов из мяса кур	150	180	Котлеты из мяса говядины паровые	60	80
Сок	150	-	Капуста тушёная	120	150
Витаминный напиток «Витошка»	-	200	Компот из сухофруктов	150	200
Хлеб пшеничный	45	60	Хлеб пшеничный	45	60
<b>Полдник</b>			<b>Полдник</b>		
Сдоба обыкновенная	60	70	Кондитерские изделия	45	75
Молоко кипячёное	150	200	Биойогурт	150	200