

Утверждаю
 заведующий МБДОУ ЦРР д/с №20 "Незабудка" г.Ставрополь
 М.М. Бычихина

10.03.2025 г.

Осенне-зимнее меню МБДОУ ЦРР д/с № 20 "Незабудка"
 г. Ставрополь для детей в возрасте от 3 до 7 лет

Дни	Завтрак	Вых	2 завтрак	Обед	Вых	Полдник	Вых	Ужин	Вых
1	Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" на сгущенном молоке с маслом сливочным Чай с сахаром Батон йодированный	165/4	Фрукты свежие 90	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной Тефтели из говядины (1 вариант) Соус сметанный с томатом Макароны отварные с маслом Компот из плодов или ягод сушеных Хлеб ржаной	180/5 80 50 130/5 180/14 45	Фрикадельки рыбные Соус томатный Пюре картофельное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	70 60 130 180/10 30	Батон йодированный Кефир	20 180
2	Суп молочный с макаронными изделиями Масло сливочное порциями Какао с молоком Батон йодированный	180/2 5 180/10 30	Фрукты свежие 90	Суп картофельный с мясными фрикадельками Плов из птицы Компот из плодов или ягод сушеных Хлеб ржаной	180/24 210 180/14 45	Рыба тушеная в томате с овощами Пюре картофельное Чай с сахаром Хлеб пшеничный	120 130 180/10 30	Молоко кипяченое Кондитерские изделия	150 10
3	Каша гречневая молочная вязкая с маслом сливочным Молоко кипяченое Батон йодированный	175/4 180 30	Фрукты свежие 90	Борщ с картофелем капустой со сметаной Птица тушеная в соусе с овощами Кисель из яблок сушеных Хлеб ржаной	180 230 180/22 45	Суп молочный с крупой(рисовой) Булочка ванильная Какао с молоком	180/2 80 180/10	Батон йодированный Чай с сахаром	20 180/10
4	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным Чай с молоком Хлеб пшеничный Масло сливочное порциями	175/4 180/10 30 5		Суп картофельный с макаронными изделиями Бефстроганов из отварного мяса Каша гречневая рассыпчатая Компот из плодов или ягод сушеных Хлеб ржаной	180 88 130/4 180/14 45	Запеканка из творога Чай с лимоном Соус молочный сладкий	130 180/10 7 30	Кефир Кондитерские изделия	180 10
5	Суп молочный крупой (пшениной) Батон йодированный Какао с молоком	165/2 30 180/10	Фрукты свежие 90	Суп картофельный с бобовыми Котлета из говядины Капуста тушеная Кисель из повидла Хлеб ржаной	180 80 130 180 45	Омлет натуральный Икра овощная или Икра овощная консервированная или горошек зеленый консервированный Кофейный напиток с молоком сгущенным Хлеб пшеничный	105 60 60 60 180 30	Сок фруктовый Кондитерские изделия	200 10

6	Каша манная жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	175/4	Фрукты свежие 90	Суп картофельный с клецками	180	Рыба тушеная с овощами	120	Кондитерские изделия (печенье)	10
	Чай с сахаром	180/10		Биточки	80		Рис отварной		
	Батон йодированный	30		Свекла тушеная в белом соусе	150	Чай с лимоном	180/10/7		
	Масло сливочное (порциями)	5		Компот из плодов или ягод сушеных	180/14	Хлеб пшеничный	30		
	Итого	390			635		460	1765	190
7	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	180/4	Фрукты свежие 90	Рассольник "Ленинградский"	180/5	Яйцо отварное	40	Молоко кипяченое	150
	Кофейный напиток с молоком	180/10		Фрикадельки из птицы	80/5	Икра овощная или икра овощная консервированная	50		
	Батон йодированный	30		Пюре картофельное	130	или горошек зеленый консервированный	50		
				Напиток из плодов шиповника	180/10	Хлеб пшеничный	30		
				Хлеб ржаной	45	Сырники из творога	100		
	Итого	390			635	Чай с лимоном	180/10/7	1685	170
8	Каша ячневая молочная жидкая	175/4	Фрукты свежие 90	Борщ с капустой картофелем со сметаной	180/5	Печень жареная с жиром или луком	50	Батон йодированный	20
	Кофейный напиток с молоком сгущенным	180		Жаркое по-домашнему	175	Пюре картофельное	130		
	Батон йодированный	30		Кисель из яблок сушеных	180/22	Хлеб пшеничный	30		
	Масло сливочное порциями	5		Хлеб ржаной	45	Чай с сахаром	180/10		
	Итого	390			580		390	1650	200
9	Суп молочный с крупой (пшено)	175/2		Щи из свежей капусты	180/5	Запеканка из творога	130	Молоко кипяченое	150
	Батон йодированный	30		Тефтеля(1 вариант)	80	Соус молочный сладкий	30		
	Масло сливочное порциями	5		Пюре картофельное	130	Кондитерский изделия	20		
	Какао с молоком	180/10		Соус сметанный с томатом	50	Чай с сахаром	180/10		
	Итого	380		Компот из плодов или ягод сушеных	180/14			1575	170
				Хлеб ржаной	45				
10	Суп молочный с крупой(рисовой)	165/5	Фрукты свежие 90	Суп картофельный с крупой	180	Каша пшеничная молочная жидкая	180/4	Сок фруктовый	200
	Кофейный напиток с молоком	180/10		Котлета рубленая из птицы	80	с маслом сливочным			
	Батон йодированный	30		Капуста тушеная	130	Булочка сдобная	180/10		
				Компот из плодов или ягод сушеных	180/14	Чай с сахаром			
	Итого	375		Хлеб ржаной	45		440	1730	210

