

Утверждаю
 заведующий МБДОУ ЦРР д/с №20 "Незабудка"
 г. Ставрополя

М.М. Бычихина
 10.03.2025

Осенне-зимнее меню МБДОУ ЦРР д/с № 20 "Незабудка"
 г. Ставрополь для детей в возрасте от 1 до 3 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	150/5 150/7 20	Фрукты свежие 90	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной Тефтеля из говядины (1 вариант) Соус сметанный Макаронные изделия отварные с маслом Компот из плодов или ягод сушеных Хлеб ржаной	150/5 60 40 120/5 150/12 40	Фрикадельки рыбные Соус сметанный Пюре картофельное Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	70 40 120 150/7 20	Батон йодированный Кефир	20 150
	Итого	320	90		560		390	1530	170
2	Суп молочный с макаронными изделиями Батон йодированный Какао с молоком	150/1,5 20 150/8	Фрукты свежие 90	Суп картофельный с мясными фрикадельками Овощи соленые Плов из птицы Компот из плодов или ягод сушеных Хлеб ржаной	150/24 40 160 150/12 40	Шницель рыбный натуральный Пюре картофельное Чай с сахаром Хлеб пшеничный	60 120 150/7 20	Молоко кипяченое Хлеб пшеничный	150 20
	Итого	320	90		540		350	1460	160
3	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным Молоко кипяченое Батон йодированный	150/5 150 20	Фрукты свежие 90	Борщ с картофелем капустой со сметаной Птица тушеная в соусе с овощами Кисель из яблок сушеных Хлеб ржаной	150/5 150 150/18 40	Суп молочный с крупой (рисовой) Булочка сдобная Какао с молоком	150/1,5 70 150/8	Батон йодированный Чай с сахаром	20 150/7
	Итого	320	90		440		370	1390	170
4	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным Чай с молоком Хлеб пшеничный Масло сливочное порциями	150/5 150/7 20 5	Фрукты свежие 90	Суп картофельный с макаронными изделиями Шницель натуральный Каша гречневая рассыпчатая Овощи соленые Компот из плодов или ягод сушеных Хлеб ржаной	150 60 120/4 40 150/12 40	Запеканка из творога запеченный Чай с лимоном Соус молочный сладкий	130 150/7 3,5 20	Кефир Хлеб пшеничный	150 20
	Итого	325	90		560		300	1445	170
5	Суп молочный с крупой(пшенной) Батон йодированный Какао с молоком	150/1,5 20 150/8	Фрукты свежие 90	Суп картофельный с бобовыми Котлета из говядины Капуста тушеная Кисель из повидла Хлеб ржаной	150 60 120 150 40	Омлет натуральный Икра кабачковая или свекольная Кофейный напиток с молоком сгущенным Хлеб пшеничный	105 40 150 20	Сок фруктовый Кондитерские изделия	200 10
	Итого	320	90		520		315	1455	210

6	Каша манная жидкая на сгущеном молоке с маслом сливочным	150/5	Фрукты свежие 90	Суп картофельный с клецками	150	Шницель рыбный Овощи соленые Рис отварной Чай с лимоном Хлеб пшеничный	60	Хлеб пшеничный	20	
	Чай с сахаром	150/7		Биточки	60		120		Кефир или ряженка	150
	Батон йодированный	20		Свекла тушеная в белом соусе	140		150/7			
	Масло сливочное порциями	5		Компот из плодов или ягод сушеных	150/12		3,5			
Итого	325	90		540		390	1515	170		
7	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150/5	Фрукты свежие 90	Рассольник "Ленинградский"	150/5	Омлет натуральный Икра кабачковая или свекольная Хлеб пшеничный	105	Молоко кипяченое Батон йодированный	150	
	Кофейный напиток с молоком	150/7		Фрикадельки куринные	60.5		40			20
	Батон йодированный	20		Картофельное пюре	120		50			
				Овощи соленые	40		150/7/3,5			
Итого	320	90		560		365	1505	170		
8	Каша ячневая молочная жидкая	150/3	Фрукты свежие 90	Борщ с капустой картофелем со сметаной	150/5	Макароник с печенью	120/5	Батон йодированный Кефир	20	
	Кофейный напиток с молоком сгущенным	150		Суфле из отварного мяса с рисом	60		40			150
	Батон йодированный	20		Пюре из моркови или свеклы	120		150/7			
	Масло сливочное порциями	5		Кисель из яблок сушеных	150/18		20			
Итого	335	90		520		330	1445	170		
9	Суп молочный с крупой (пшено)	150/1,5	Фрукты свежие 90	Щи из свежей капусты	150/5	Запеканка из творога	130	Молоко кипяченое Батон йодированный	150	
				Пюре картофельное	120		20			20
	Батон йодированный	20		Соус сметанный	40		10			
	Какао с молоком	150/7		Соус молочный сладкий	60		150			
Итого	330	90		600		310	1500	170		
10	Суп молочный с крупой(рисовой)	150/1,5	Фрукты свежие 90	Суп картофельный с крупой	150	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150/5	Сок фруктовый	200	
				Котлета рубленая их птицы	60		150/7			10
	Кофейный напиток с молоком	150/7		Капуста тушеная	120		70			
	Батон йодированный	20		Компот из плодов или ягод сушеных	150/12					
Итого	320	90		520		360	1500	210		