



Утверждаю
И.О.Заведующего
МАДОУ детским садом № 38
муниципального образования
Кореновский район



Т.Н. Фокина

МЕНЮ ДЕНЬ 1

Режимный процесс	Наименование блюда	Масса порции, г		
		ясли	Сад с 10ч пребыванием	Сад с 12ч пребыванием
Завтрак	Каша молочная с крупой	150	200	200
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Масло сливочное (порциями)	4	5	5
	Сыр (порциями)	6	9	9
	Чай с лимоном	170	180	-
	Чай с сахаром	-	-	180
Второй завтрак	Фрукты свежие (яблоки)	100	100	100
Обед	Суп картофельный с клецками	150	200	200
	Тефтели мясные	60	70	70
	Свекла тушеная	110	130	130
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Хлеб ржаной	26	32	22
	Напиток из плодов шиповника	150	180	180
Полдник 10 часовое пребывание	Пирожки с капустой	60	80	-
	Какао с молоком	150	200	-
Уплотнённый полдник, 12 часовое пребывание	Рыба, тушенная с овощами	-	-	80
	Пюре картофельное	-	-	130
	Хлеб ржаной	-	-	22
	Пирожки с капустой	-	-	80
	Какао с молоком	-	-	200



Утверждаю
 И.О.Заведующего
 МАДОУ детского сада № 38
 муниципального образования
 Кореновский район



И.О. Фокина

МЕНЮ ДЕНЬ 2

Режимный процесс	Наименование блюда	Масса порции, г		
		ясли	Сад с 10ч пребыванием	Сад с 12ч пребыванием
Завтрак	Омлет натуральный	130	150	150
	Икра кабачковая	40	50	50
	Масло сливочное (порциями)	4	5	5
	Сыр (порциями)	6	9	9
	Какао с молоком	150	200	200
	Хлеб пшеничный	22	30	32
Второй завтрак	Фрукты свежие (яблоки)	100	100	100
Обед	Суп харчо	150	200	200
	Котлеты	60	80	80
	Капуста тушеная	110	130	130
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Хлеб ржаной	26	32	22
	Компот из сушеных фруктов	150	180	180
Полдник 10 часовое пребывание	Кондитерское изделие	20	50	-
	Молоко кипяченое или кисломолочный напиток	180	200	-
Уплотнённый полдник, 12 часовое пребывание	Котлеты рыбные	-	-	80
	Картофель отварной	-	-	130
	Хлеб ржаной	-	-	22
	Кондитерское изделие	-	-	36
	Молоко кипяченое или кисломолочный напиток	-	-	200



Утверждаю
И.О.Заведующего
МАДОУ детским садом № 38
муниципального образования
Кореньковский район



Т.Н Фокина

МЕНЮ ДЕНЬ 3

Режимный процесс	Наименование блюда	Масса порции		
		ясли	Сад с 10ч пребыванием	Сад с 12ч пребыванием
Завтрак	Пудинг из творога с рисом	140	180	180
	Соус сметанный сладкий	15	15	15
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Чай с сахаром	180	180	180
Второй завтрак	Фрукты свежие (яблоки)	100	100	100
Обед	Суп гороховый	150	200	200
	Гренки из пшеничного хлеба	20	25	25
	Печень или мясо тушеное в соусе	60	80	80
	Пюре картофельное	110	130	130
	Овощи по сезону	40	50	50
	Хлеб ржаной	26	32	22
	Кисель из сока	150	180	180
Полдник 10 часовое пребывание	Булочка «Веснушка»	80	100	-
	Кофейный напиток с молоком	150	200	-
Уплотнённый полдник, 12 часовое пребывание	Мясо тушеное с овощами в соусе	-	-	160
	Булочка «Веснушка»	-	-	100
	Хлеб ржаной	-	-	22
	Кофейный напиток с молоком	-	-	200



Утверждаю
И.О. Заведующего
МАДОУ детским садом № 38
муниципального образования
Кореновский район



Т.Н. Фокина

МЕНЮ ДЕНЬ 4

Режимный процесс	Наименование блюда	Масса порции		
		ясли	Сад с 10ч пребыванием	Сад с 12ч пребыванием
Завтрак	Каша молочная с крупой	150	200	200
	Масло (порциями)	4	5	5
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Чай с лимоном	180	180	180
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	180	180
Обед	Борщ с капустой и с картофелем со сметаной	150	200	200
	Плов из мяса птицы	150	180	180
	Овощи по сезону	40	50	50
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Хлеб ржаной	26	32	22
	Компот из свежих плодов	150	180	180
Полдник 10 часовое пребывание	Кондитерское изделие	20	50	-
	Молоко или кисломолочный напиток	180	200	200
Уплотнённый полдник, 12 часовое пребывание	Жаркое по - домашнему	-	-	160
	Овощи по сезону	-	-	50
	Хлеб ржаной	-	-	22
	Кондитерское изделие	-	-	36



Утверждаю
И.О.Заведующего
МАДОУ детским садом № 38
муниципального образования
Кореньковский район



И.И.Фокина

МЕНЮ ДЕНЬ 5

Режимный процесс	Наименование блюда	Масса порции, г		
		ясли	Сад с 10ч пребыванием	Сад с 12ч пребыванием
Завтрак	Суп молочный с макаронами	150	200	200
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Масло сливочное (порциями)	4	5	5
	Сыр (порциями)	6	9	9
	Чай с сахаром	180	180	180
Второй завтрак	Фрукты свежие (яблоки)	100	100	100
Обед	Рассольник со сметаной	150	200	200
	Жаркое по домашнему	150	160	160
	Овощи по - сезону	40	50	50
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Хлеб ржаной	26	32	22
	Сок фруктовый	150	180	180
Полдник 10 часовое пребывание	Слойка с повидлом	60	80	-
	Молоко кипяченое или кисломолочный напиток	180	200	-
Уплотнённый полдник, 12 часовое пребывание	Запеканка из печени или мяса с рисом	-	-	150
	Хлеб ржаной	-	-	22
	Хлеб ржаной	-	-	22
	Слойка с повидлом	-	-	80
	Молоко кипяченое или кисломолочный напиток	-	-	200



Утверждаю
И.О.Заведующего
МАДОУ детским садом № 38
муниципального образования
Кореньковский район



И.О. Фокина

МЕНЮ ДЕНЬ 6

Режимный процесс	Наименование блюда	Масса порции		
		ясли	Сад с 10ч пребыванием	Сад с 12ч пребыванием
Завтрак	Шарлотка с яблоками	150	170	170
	Масло (порциями)	4	5	5
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Чай с сахаром	180	200	200
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	180	180
Обед	Суп картофельный с макаронами	150	200	200
	Капуста тушеная с мясом	150	160	160
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Хлеб ржаной	26	32	22
	Напиток из плодов шиповника	150	180	180
Полдник 10часовое пребывание	Вареники ленивые со сметаной	100	110	-
	Кофейный напиток с молоком	150	200	-
Уплотнённый полдник, 12часовое пребывание	Картофель отварной	-	-	130
	Икра кабачковая	-	-	50
	Хлеб ржаной	-	-	22
	Вареники ленивые со сметаной	-	-	110
	Молоко или кисломолочный напиток	-	-	200



Утверждаю
И.О.Заведующего
МАДОУ детским садом № 38
муниципального образования
Кореновский район

ТН Фокина

МЕНЮ ДЕНЬ 7



Режимный процесс	Наименование блюда	Масса порции/ккал		
		ясли	Сад с 10ч пребыванием	Сад с 12ч пребыванием
Завтрак	Каша молочная с крупой	150	200	200
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Масло сливочное (порциями)	4	5	5
	Чай с сахаром	180	180	180
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	180	180
Обед	Суп картофельный вегетарианский	150	200	200
	Гуляш из отварного мяса	50	70	70
	Рагу из овощей (2 вариант)	110	130	130
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Хлеб ржаной	26	32	22
	Кисель из свежих фруктов	150	180	180
Полдник 10часовое пребывание	Сырники из творога с повидлом	100	150	150
	Молоко кипяченое или кисломолочный напиток	180	200	200
Уплотнённый полдник, 12часовое пребывание	Каша крупяная вязкая	-	-	130
	Яйца вареные	-	-	40
	Хлеб ржаной	-	-	22
	Овощи по сезону	-	-	50



Утверждаю
И.О.Заведующего
МАДОУ детским садом № 38
Муниципального образования
Корецовский район
Т.Н Фокина



МЕНЮ ДЕНЬ 8

Режимный процесс	Наименование блюда	Масса порции/ккал		
		ясли	Сад с 10ч пребыванием	Сад с 12ч пребыванием
Завтрак	Омлет натуральный	130	150	150
	Икра кабачковая	40	50	50
	Масло сливочное (порциями)	4	5	5
	Сыр (порциями)	6	9	9
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Чай с сахаром	150	180	180
Второй завтрак	Фрукты свежие (яблоки)	100	100	100
Обед	Суп рыбный с яйцом	150	200	200
	Голубцы ленивые	60	80	80
	Икра свекольная или из свежих кабачков	110	130	130
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Хлеб ржаной	26	32	22
	Сок фруктовый	150	180	180
Полдник 10 часовое пребывание	Рогалик с повидлом	60	80	-
	Молоко кипяченое или кисломолочный напиток	180	200	-
Уплотнённый полдник, 12 часовое пребывание	Макаронник с печенью или мясом	-	-	150
	Овощи по сезону	-	-	50
	Хлеб ржаной	-	-	22
	Рогалик с повидлом	-	-	80
	Молоко кипяченое или кисломолочный напиток	-	-	200



Утверждаю
И.О.Заведующего
МАДОУ детским садом № 38
муниципального образования
Короновский район



И.Н. Фокина

МЕНЮ ДЕНЬ 9

Режимный процесс	Наименование блюда	Масса порции, г		
		ясли	Сад с 10ч пребыванием	Сад с 12ч пребыванием
Завтрак	Каша молочная с крупой	150	200	200
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Масло сливочное (порциями)	4	5	5
	Сыр (порциями)	6	9	9
	Чай с сахаром	180	180	180
Второй завтрак	Фрукты свежие (яблоки)	100	100	100
Обед	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	200	200
	Азу с мясом курицы	150	200	200
	Овощи по сезону	40	50	50
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Хлеб ржаной	26	32	22
	Компот из свежих фруктов	150	180	180
Полдник 10 часовое пребывание	Пирожки с тушеными яблоками	60	80	-
	Чай с молоком	150	180	-
Уплотнённый полдник, 12 часовое пребывание	Рыба, тушенная с овощами	-	-	80
	Рис отварной	-	-	130
	Хлеб ржаной	-	-	22
	Пирожки с тушеными яблоками	-	-	80
	Чай с молоком	-	-	180



Утверждаю
И.О.Заведующего
МАДОУ детским садом № 38
муниципального образования
Кореновский район
Т.И.Фокина

МЕНЮ ДЕНЬ 10



Режимный процесс	Наименование блюда	Масса порции/кКал		
		ясли	Сад с 10ч пребыванием	Сад с 12ч пребыванием
Завтрак	Каша молочная с крупой	150	200	200
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Сыр (порциями)	6	9	9
	Чай с сахаром	180	180	180
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	100	100
Обед	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	200	200
	Шницель рыбный	60	80	80
	Пюре картофельное	110	130	130
	Овощи по сезону	40	50	50
	Хлеб пшеничный	22	30	32
	Хлеб ржаной	26	32	22
	Компот из сухофруктов	150	180	180
Полдник 10 часовое пребывание	Кондитерское изделие	20	50	-
	Молоко или кисломолочный напиток	180	200	-
Уплотнённый полдник, 12 часовое пребывание	Макаронные изделия отварные с маслом	-	-	130
	Котлеты рубленые из курицы	-	-	80
	Хлеб ржаной	-	-	22
	Кондитерское изделие	-	-	36
	Молоко или кисломолочный напиток	-	-	200