


 УТВЕЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №2 «Жемчужинка»
 Л.Н.Атаманова
 Приказ от 03 марта 2025г № 35

**Перспективное меню завтраков, обедов и полдников
на весенне-летний период 2025 года**

№ рецептуры	Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	
			2-3 года	3-7лет
ДЕНЬ 1				
94.1	Завтрак	Суп молочный с манной крупой	150	200
393		Чай с лимоном	150/7/3	180/10/7
701		Хлеб пшеничный	30	30
6		Масло (порциями)	5	5
399.4	Завтрак2	Сок яблочный	150	200
81	Обед	Суп картофельный с бобовыми	180	200
68		Жаркое по-домашнему	160	200
20 (б/н)		Салат из белокачанной капусты (Огурец солёный)	40	50
700		Хлеб ржаной	25	25
701.1		Хлеб пшеничный	25	25
516		Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	180
231	Полдник	Сырники из творога с фруктовым соусом	100	120
130		Кофейный напиток на молоке	150	180
ДЕНЬ 2				
94.2	Завтрак	Суп молочный с овсяной крупой	150	200
392		Чай с сахаром	150/7	180/10
3		Бутерброды с сыром	45	45
368	Завтрак2	Яблоки	100	100
146	Обед	Суп картофельный с клецками	180/25	200/25
60		Рис отварной с овощами	110	130
90		Рыба тушеная в томате с овощами	60	80
б/н (33)		Огурец свежий (салат из свёклы)	40	60
700		Хлеб ржаной	25	25
701.1		Хлеб пшеничный	25	25
376		Компот из сушёных фруктов	150	180
221	Полдник	Манный пудинг	100	120
120		Какао-напиток на молоке	180	180
ДЕНЬ 3				
66	Завтрак	Каша из пшена и риса молочная жидкая («Дружба»)	150	200
701		Хлеб пшеничный	30	30
6		Масло (порциями)	5	5
392		Чай с сахаром	150/7	180/10

545	Завтрак2	Напиток лимонный	150	180
5/2	Обед	Свекольник со сметаной	180	200
321		Пюре картофельное	120	150
282		Котлеты рубленые со свинины	50	70
14 (б/н)		Салат из свежих помидоров с луком (Помидор солёный)	40	60

700		Хлеб ржаной	25	25
701.1		Хлеб пшеничный	25	25
376		Компот из сушёных фруктов	150	180
609	Полдник	Печенье	40	40
б/н		Йогурт	180	200
ДЕНЬ 4				
93	Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200
701		Хлеб пшеничный	30	30
6		Масло (порциями)	5	5
393		Чай с лимоном	150/7/3	180/10/7
368 Г	Завтрак2	Бананы	100	100
87	Обед	Суп рыбный с консервами	180	200
165		Каша рассыпчатая гречневая	110	130
409		Птица отварная	50	70
15(624)		Салат витаминный (Капуста квашеная)	40	60
700		Хлеб ржаной	25	25
701.1		Хлеб пшеничный	25	25
376		Компот из сушёных фруктов	150	180
5/12		Полдник	Ватрушка с творогом	80
401	Кефир 2,5 %		150	180
ДЕНЬ 5				
94.5	Завтрак	Суп молочный с крупой пшённой	150	200
3		Бутерброды с сыром	45	45
392		Чай с сахаром	150/7	180/10
399.4	Завтрак2	Сок яблочный	150	200
67	Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	180	200
265		Плов	160	180
б/н (19)		Огурец свежий (Солёный огурец с луком)	40	60
700		Хлеб ржаной	25	25
701.1		Хлеб пшеничный	25	25
376		Компот из сушёных фруктов	150	180
213		Полдник	Яйца варёные	60
5	Икра кабачковая		40	50
700.1	Хлеб ржаной		20	20
393	Чай с лимоном		150/7/3	180/10/7
ДЕНЬ 6				
94.2	Завтрак	Суп молочный с овсяной крупой	150	200
701		Хлеб пшеничный	30	30
6		Масло (порциями)	5	5
393		Чай с лимоном	150/7/3	180/10/7
399.4	Завтрак2	Сок яблочный	150	200
39	Обед	Суп крестьянский со сметаной	180	200
165		Каша рассыпчатая гречневая	110	130
256		Мясо тушёное	50	70
700		Хлеб ржаной	25	25
701.1		Хлеб пшеничный	25	25
15(б/н)		Салат из свежих помидоров и огурцов (Солёный огурец)	40	60
516		Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	180

237	Полдник	Запеканка из творога	100	120
130		Кофейный напиток на молоке	150	180
ДЕНЬ 7				
94.3	Завтрак	Суп молочный с рисовой крупой	150	200
701		Хлеб пшеничный	30	30
6		Масло (порциями)	5	5
392		Чай с сахаром	150/7	180/10
368Г	Завтрак2	Бананы	100	100
57	Обед	Борщ с капустой и картофелем	180	200
205		Макаронные изделия отварные с маслом	110	130
305		Котлеты рубленые из птицы	50	70
б/н (б/н)		Помидор свежий (помидор солёный)	40	60
700		Хлеб ржаной	25	25
701.1.		Хлеб пшеничный	25	25
372		Компот из свежих плодов	150	180
215	Полдник	Омлет натуральный	100	120
400		Молоко кипячёное	180	180
700.1		Хлеб ржаной	20	20
ДЕНЬ 8				
94.1	Завтрак	Суп молочный с манной крупой	150	200
3		Бутерброды с сыром	45	45
392		Чай с сахаром	150/7	180/10
545	Завтрак2	Напиток апельсиновый или лимонный	150	180
9/2	Обед	Рассольник со сметаной	180	200
94		Голубцы ленивые с отварным мясом	160	180
б/н (б/н)		Огурец свежий (огурец солёный)	40	60
700		Хлеб ржаной	25	25
701.1.		Хлеб пшеничный	25	25
376		Компот из сушёных фруктов	150	180
585	Полдник	Булочка молочная	70	80
401		Кефир 2,5%	150	180
ДЕНЬ 9				
94	Завтрак	Суп молочный с гречневой крупой	150	200
701		Хлеб пшеничный	30	30
6		Масло (порциями)	5	5
392		Чай с сахаром	150/7	180/10
368	Завтрак2	Яблоки	100	100
81	Обед	Суп картофельный с бобовыми	180	200
321		Пюре картофельное	120	150
249		Рыба, запечённая в омлете	60	80
13 (624)		Салат из капусты и моркови с растительным маслом (Квашеная капуста)	40	60
700		Хлеб ржаной	25	25
701.1		Хлеб пшеничный	25	25
211		Полдник	Запеканка из макарон с творогом	120
120	Какао -напиток на молоке		180	180
ДЕНЬ 10				
93	Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200
393		Чай с лимоном	150/7/3	180/10/7
701		Хлеб пшеничный	30	30

6		Масло (порциями)	5	5
399.4	Завтрак2	Сок яблочный	150	200
67	Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	180	200
114		Плов с курицей	150	180
14 (21/1)		Салат из свежих помидоров с луком (Салат из свёклы с морковь с растительным маслом)	40	60
700		Хлеб ржаной	25	25
701.1		Хлеб пшеничный	25	25
376		Компот из сушёных фруктов	150	180
17-2/12	Полдник	Пирожки с повидлом	70	80
392		Чай с сахаром	150	180