



Утверждаю  
 Заведующий  
 МБДОУ «Детский сад № 23 «Берёзка»  
 Таченко Е.В.  
 Приказ от 29.06.22г. № 110

### Примерное меню (1 неделя)

I день		Выход блюд		II день		Выход блюд		III день		Выход блюд		IV день		Выход блюд		V день		Выход блюд		
Завтрак		ясли	сад	Завтрак		ясли	сад	Завтрак		ясли	сад	Завтрак		ясли	сад	Завтрак		ясли	сад	
Суп молочный с вермишелью	150	180	Каша манная молочная жидкая	150	180	Омлет	90	130	Каша пшеничная молочная жидкая	150	180	Каша гречневая молочная жидкая	150	180	Чай с сахаром	160	180	Чай с сахаром	160	180
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Зеленый горошек консервированный	40	120	Какао с молоком	160	180	Кофейный напиток с молоком	160	180	Отварное яйцо	1 шт.	1 шт.	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6
			Сыр в порционной нарезке	8	13	Икра кабачковая консервированная			Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6			Сыр в порционной нарезке	8	13	
						Хлеб пшеничный с маслом	30/5	30/6									Хлеб пшеничный с маслом	30/5	30/6	
						Кофейный напиток на молоке 2-й вар	160	180									Кофейный напиток на молоке 2-й вар	160	180	
2-й завтрак				2-й завтрак				2-й завтрак				2-й завтрак				2-й завтрак				
Сок фруктовый	150	150	Фрукты свежие	85	90	Сок фруктовый	150	150	Фрукты свежие	85	90	Сок фруктовый	150	150	Сок фруктовый	150	150	Сок фруктовый	150	150
Обед				Обед				Обед				Обед				Обед				
Борщ со свежей капустой	180	200	Свекольник	180	200	Суп картофельный с бобовыми	180	200	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	200	Суп полевой	180	200	Плов из отварной птицы	125	160	Жаркое домашнему	150	180
Свежие огурцы	52	56	Свежие огурцы	52	56	Пудинг из говядины	60	70	Тефтели говяжьи	55	70	Котлеты, биточки из говядины	60	75	Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Хлеб пшеничный	20	30	Пюре картофельное	120	140	Капуста тушеная	120	150	Икра из отварной свеклы	80	90	Компот из сухофруктов	160	180	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45
Компот из сухофруктов	160	180	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Компот из свежих яблок	160	180	Компот из сухофруктов	160	180
			Компот из сухофруктов	160	180	Компот из сухофруктов	160	180	Кисель из сухофруктов	160	180									
Полдник				Полдник				Полдник				Полдник				Полдник				
Пирожок с повидлом	75	85	Сырники из творога	80	100	Кнели рыбная в томате с овощами	158	170	Запеканка из творога	80	110	Котлета рыбная	70	80	Какао с молоком	160	180	Соус сметанный	30	40
			Соус сметанный	30	40	Чай с сахаром	160	180	Соус молочный	30	40	Свежие огурцы	52	56	Фрукты свежие	85	90	Йогурт	145	195
						Хлеб пшеничный	20	20	Кефир	145	195	Хлеб пшеничный	20	20						
						Кондитерское изделие (печенье)	22	45				Чай с сахаром	160	180						
						Фрукты свежие	85	90				Кондитерские изделия (печенье)	22	45						



Утверждаю  
 Заведующий  
 МБДОУ «Детский сад № 23 «Берёзка»  
 Таченко Е.В.  
 Приказ от 29.06.22г. № 110

## Примерное меню (2 недели)

I день	Выход блюд		II день	Выход блюд		III день	Выход блюд		IV день	Выход блюд		V день	Выход блюд	
Завтрак	ясли	сад	Завтрак	ясли	сад	Завтрак	ясли	сад	Завтрак	ясли	сад	Завтрак	ясли	сад
Каша манная молочная жидкая	150	180	Каша пшеничная молочная жидкая	150	180	Омлет	90	130	Каша овсяная «Геркулес» молочная жидкая	150	180	Каша пшеничная молочная жидкая	150	180
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Хлеб пшеничный с маслом сыр в порционной нарезке	20/5	30/6	Зеленый горошек консервированный	40		Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6
Кофейный напиток с молоком	160	180	Чай с сахаром	8	13	Икра кабачковая консервированная		120	Кофейный напиток с молоком	160	180	Какао с молоком	160	180
				160	180	Сыр в порционной нарезке	8	13						
						Какао на молоке 2-й вар.	160	180						
						Хлеб пшеничный с маслом	30/5	30/6						
2-й завтрак			2-й завтрак			2-й завтрак			2-й завтрак			2-й завтрак		
Сок фруктовый	150	150	Фрукты свежие	85	90	Сок фруктовый	150	150	Фрукты свежие	85	90	Сок фруктовый	150	150
Обед			Обед			Обед			Обед			Обед		
Суп (Полевой)	180	200	Свекольник	180	200	Борщ со свежей капустой	180	200	Суп картофельный с бобовыми	180	200	Борщ со свежей капустой	180	200
Котлета из курицы	60	65	Котлеты из говядины	60	75	Плов из отварной говядины	130	180	Гуляш из говядины	90	100	Голубцы ленивые	60	70
Гречневая каша	110	130	Капуста тушеная	120	150	Хлеб пшеничный	20	30	Макаронные изделия	110	130	Пюре картофельное	120	140
Свежие огурцы	52	56	Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Свежие огурцы	52	56	Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Компот из сухофруктов	160	180	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	30	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Компот из сухофруктов	160	180				Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Компот из свежих яблок	160	180
Компот из сухофруктов	160	180							Кисель из сухофруктов	160	180			
Полдник			Полдник			Полдник			Полдник			Полдник		
Пирожок с повидлом	75	85	Пудинг из творога с рисом	80	110	Картофель отварной	110	130	Запеканка из творога	80	110	Свежие огурцы	52	56
Чай с сахаром	160	180	Соус сметанный	30	40	Тефтеля рыбная	70	80	Соус молочный	30	40	Яйцо отварное	40	40
Фрукты свежие	85	90	Йогурт	145	195	Хлеб пшеничный	20	20	Кефир	145	195	Булочка	70	80
						Чай с сахаром	160	180				Чай с сахаром	160	180
						Кондитерские изделия (пряники)	22	50						
						Фрукты свежие	85	90						