

Утверждено на учебный год

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ ЦРР д\с № 24 «Елочка»
Сидунова М.Д. «14» августа 2025 г.



***Примерное десятидневное меню**

Первый день	Второй день	Третий день	Четвертый день	Пятый день
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Суп молочный гречневый 150/200	Суп молочный с крупой пшеничной 150/200	Суп молочный с мак.изд 150/200	Суп молочный с крупой Геркулес 150/200	Суп молочный с крупой пшеничный 150/200
Чай с сахаром 150/180	Чай с лимоном 150/180	Чай с сахаром 150/180	Чай с лимоном 150/180	Чай с сахаром 150/180
Хлеб обогащенный йодказеином 20/30	Хлеб обогащенный йодказеином 20/30	Хлеб обогащенный йодказеином 20/30	Хлеб обогащенный йодказеином 20/30	Хлеб обогащенный йодказеином 20/30
Масло сливочное крестьянское 72,5% 5/10	Масло сливочное крестьянское 72,5% 5/10	Масло сливочное крестьянское 72,5% 5/10	Масло сливочное крестьянское 72,5% 5/10	Масло сливочное крестьянское 72,5% 5/10
II завтрак сок фруктовый 100/100	Сыр порц 10/16	II завтрак сок фруктовый 100/100	II завтрак яблоки свежие 100/100	II завтрак яблоки свежие 100/100
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Закуска : огурец соленый 40/50	Закуска :икра кабачковая 40/50	Закуска : огурец соленый 40/50	Закуска: огурец соленый 40/50	Закуска огурец соленый 40/50
Суп картофельный с крупой пшено150/200		Щи из свежей капусты 150/200	Суп картофельный с крупой рисовой 150/200	Суп картофельный с мак.изд 150/200
Тефтели рыбные тушеные 60/80	Борщ с капустой и картофелем 150/200	Биточки рубленые из птицы 60/80	Биточки рубленые(говядина) 60/80	Котлеты рубленые из птицы 60/80
Соус сметанный 15/30	Котлеты рубленые 60/80	Соус сметанный 15\30	Капуста тушеная 110/130	Свекла тушеная в белом соусе 110/130
Картофель отварной 110/130	Макароны с овощами 110/130	Гарнир гречневый 110/130	Компот из сушеных фруктов 150\180	Кисель из повидла 150/180
Компот из св.плодов(яблок) 150/180	Компот из сушеных фруктов 150\180	Компот из св.плодов(яблок) 150/180	Хлеб обогащенный йодказеином 20/30	Хлеб обогащенный йодказеином 20/30
Хлеб обогащенный йодказеином 20/30		Хлеб обогащенный йодказеином 20/30	Хлеб Дарницкий 40/50	Хлеб Дарницкий 40/50
Хлеб Дарницкий 40/50	Хлеб Дарницкий 40/50	Хлеб Дарницкий 40/50	Хлеб Дарницкий 40/50	Полдник
Полдник	Хлеб обогащенный йодказеином 20/30	Полдник	Полдник	Сок фруктовый 150/180
Чай с лимоном 150/180	Полдник	Чай с лимоном 150/180	Чай с сахаром 150/180	Кондитерские изделия (печенье) 25/50
Кондитерские изделия (печенье) 25/50	Сок фруктовый 150/180	Хлеб обогащенный йодказеином 15/20	Кондитерские изделия (вафли) 27/27	Ужин
Ужин	Кондитерские изделия (вафли)27/27	Ужин	Ужин	Каша рассыпчатая с овощам 110/130
Омлет натуральный 65/85	Ужин	Запеканка из творога 115/120	Яйцо отварное 1шт/1шт	Чай с лимоном 150/180
Какао с молоком 150/180	Рагу из овощей 105/150	Соус яблочный 15/30	Икра кабачковая 30/50	
	Хлеб обогащенный йодказеином 15/20	Какао с молоком 150/180	Хлеб обогащенный йодказеином 15/20	
			Кофейный напиток с молоком сгущенным 150/180	
	Чай с молоком 150/180			

* в зависимости от сезона, происходит замена продуктов таких как: кефир,огурец соленый на молоко кипяченое и огурец свежий

Шестой день	Седьмой день	Восьмой день	Девятый день	Десятый день
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Суп молочный с крупой рисовой 150/200	Суп молочный с крупой пшеничной 150/200	Суп молочный с крупой манной 150/200	Суп молочный с крупой Геркулес 150/200	Суп молочный с крупой пшено 150/200
Чай с лимоном 150/180	Чай с сахаром 150/180	Чай с лимоном 150/180	Чай с сахаром 150/180	Чай с сахаром 150/180
Хлеб обогащенный йодказеином 20/30	Хлеб обогащенный йодказеином 20/30	Хлеб обогащенный йодказеином 20/30	Хлеб обогащенный йодказеином 20/30	Хлеб обогащенный йодказеином 20/30
Масло сливочное крестьянское 72,5% 5/10	Масло сливочное крестьянское 72,5% 5/10	Масло сливочное крестьянское 72,5% 5/10	Масло сливочное крестьянское 72,5% 5/10	Масло сливочное крестьянское 72,5% 5/10
II завтрак сок фруктовый 100/100	II завтрак яблоки свежие 100/100	II завтрак яблоки свежие 100/100	II завтрак сок фруктовый 100/100	II завтрак яблоки свежие 100/100
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Закуска : огурец соленый 40/50	Закуска : огурец соленый 40/50	Закуска : икра кабачковая 30/50	Закуска : огурец соленый 40/50	Рассольник Ленинградский 150/200
Суп картофельный с бобовыми 150/200	Борщ с капустой и картофелем 150/200	Суп картофельный с мак.изд 150/200	Суп картофельный с крупой(пшено) 150/200	Биточки рубленые из птицы 60/80
Тефтели рыбные тушеные 60/80	Тефтели мясные 60/80	Котлеты рубленые из птицы 60/80	Биточки рубленые(говядина) 60/80	Свекла тушеная в белом соусе 120/150
Соус сметанный 15/30	Соус сметанный 15/30	Каша рассыпчатая с овощами 110/130	Капуста тушеная 110/130	Компот из сушеных фруктов 150/180
Картофель отварной 110/130	Гарнир гречневый 110/130	Кисель из повидла 150/180	Компот из свежих плодов 150/180	Хлеб обогащенный йодказеином 20/30
Компот из св.плодов(яблок) 150/180	Компот из сушеных фруктов 150/180	Хлеб обогащенный йодказеином 20/30	Хлеб обогащенный йодказеином 20/30	Хлеб Дарницкий 40/50
Хлеб обогащенный йодказеином 20/30	Хлеб Дарницкий 40/50	Хлеб Дарницкий 40/50	Хлеб Дарницкий 40/50	Хлеб Дарницкий 40/50
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Чай с сахаром 150/180	Чай с лимоном 150/180	Сок фруктовый 150/180	Кефир 150/180	Чай с лимоном 150/180
Кондитерские изд(вафли) 27/27	Хлеб обогащенный йодказеином 15/20	Кондитерские изд(печенье) 27/27	Крендель сахарный 50/50	Кондитерские изд(вафли) 27/27
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
Омлет натуральный 65/85	Повидло фруктовое 10/15	Пудинг из творога запеченный 115/120	Каша рассыпчатая с овощами 100/120	Рагу из овощей 105/150
Какао с молоком 150/180	Макароны отварные с овощами 100/120	Соус яблочный 15/30	Чай с молоком 150/180	Хлеб обогащенный йодказеином 15/20
	Кофейный напиток с молоком сгущенным 150/180	Какао с молоком 150/180		Кофейный напиток с молоком сгущенным 150/180