УТВЕРЖДЕНО
Приказ по МАДОУ
«Детский сад «Радуга»
Приказ от 07.10.2022 №63

Меню приготавливаемых блюд
для детей от 3 до 7 и 1.5 до 3 лет МАДОУ «Детский сад «Радуга» с. Янтиково

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	№ рецептуры
День 1			
Завтрак:	Каша манная жидкая	200	185
	Какао с молоком	200	397
	Бутерброд с маслом	30/10	1
2 Завтрак	Яблоко	100	368
Обед	Салат из свеклы	55	33
	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	76
	Гуляш из отварного мяса	80	277
	Макаронные изделия отварные	150	204
	Компот из смеси фруктов сушенных	200	376
	Хлеб ржаной	50	
Полдник	Печенье	25	151
	Молоко кипяченное	200	400
Итого за 1 день		**1500**	
День 2			
Завтрак	Каша вязкая с изюмом	200	176
	Кофейный напиток	200	395
	Бутерброд с сыром	30/10	3
2 завтрак	Сок	150	399г
Обед	Салат из белокочанной капусты	55	20
	Суп лапша домашняя	200	86
	Запеканка картофельная с мясом	200	291
	Соус сметанный	40	354
	Компот из смеси фруктов сушенных	200	376
	Хлеб ржаной	50	
Полдник	Омлет натуральный	85	215
	Кисель из плодов и ягод	200	378
	Хлеб пшеничный	25	
Итого за 2 день		**1645**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	№ рецептуры
День 3			

Завтрак:	Каша гречневая вязкая	200	168
	Кофейный напиток с молоком	200	395
	Бутерброд с сыром	30/10	3
2 Завтрак	Яблоко	100	368
Обед	Салат из свеклы с черносливом	55	28
	Суп картофельный с макаронными изделиями со сметаной	200	82
	Рыба запеченная с картофелем	200	264
	Компот из смеси фруктов сушенных	200	376
	Хлеб ржаной	50	
Полдник	Крендель сахарный	80	460
	Чай с сахаром	200	392
Итого за 3 день		**1675**	
День 4			
Завтрак	Каша пшеничная	200	168
	Какао с молоком	200	397
	Бутерброд с маслом	30/10	1
2 завтрак	Сок	150	399г
Обед	Салат из моркови	55	41
	Суп картофельный с бобовыми	200	81
	Капуста тушенная	150	336
	Тефтели из говядины	80	286
	Компот из смеси фруктов сушенных	200	376
	Хлеб ржаной	50	
Полдник	Запеканка из творога	150	237
	Чай с молоком	200	394
	Хлеб пшеничный	30	
Итого за 4 день		**1555**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	№ рецептуры
День 5			
Завтрак:	Каша рисовая вязкая	200	168
	Какао с молоком	200	397
	Бутерброд с маслом	30/10	1
2 Завтрак	Чай с лимоном	200	393
Обед	Салат из белокочанной капусты	55	20
	Бульон куриный с гренками	200	511/115
	Макаронные изделия отварные	150	204
	Биточки паровые из мяса	80	289

	Компот из смеси фруктов сушенных	200	376
	Хлеб ржаной	50	
	Соус томатный	20	354
Полдник	Снежок	200	401.в
	Печенье	25	151
Итого за 5 день		**1620**	
День 6			
Завтрак	Каша гречневая	200	185
	Кофейный напиток с молоком	200	395
	Бутерброд с маслом	30/10	1
2 завтрак	Яблоко	100	368
Обед	Салат из моркови	55	41
	Щи по – уральски (с крупой) со сметаной	200	72
	Плов из птицы	150	304
	Компот из смеси фруктов сушенных	200	376
	Хлеб ржаной	50	
Полдник	Омлет натуральный с маслом	85	215
	Чай с сахаром	200	392
	Хлеб пшеничный	30	
Итого за 6 день		**1515**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	№ рецептуры
День 7			
Завтрак:	Каша манная	200	185
	Кофейный напиток с молоком	200	395
	Бутерброд с маслом	30/10	1
2 Завтрак	Сок	150	399г
Обед	Салат из белокочанной капусты	55	20
	Суп картофельный с клецками со сметаной	200	85
	Жаркое по - домашнему	200	276
	Компот из смеси фруктов сушенных	200	393
	Хлеб ржаной	50	
Полдник	Суп молочный с макаронными изделиями	200	93
	Чай с сахаром	200	392
	Хлеб пшеничный	30	
Итого за 7 день		**1725**	
День 8			

Завтрак	Каша пшенная жидкая	200	185
	Чай с молоком	200	394
	Бутерброд с маслом	30/10	1
2 завтрак	Яблоко	100	368
Обед	Салат из свеклы	55	33
	Суп картофельный с мясными фрикадельками со сметаной	200	83
	Бефстроганов из отварного мяса	80	278
	Каша рассыпчатая гречневая	150	165.1
	Компот из смеси фруктов сушенных	200	376
	Хлеб ржаной	50	
Полдник	Пудинг из творога запеченный	150	235
	Чай с сахаром	200	392
Итого за 8 день		**1625**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	№ рецептуры
День 9	Каша «Дружба»	200	168
Завтрак:	Какао с молоком	200	397
	Бутерброд с маслом	30/10	1
2 Завтрак	Сок	150	399г
Обед	Салат из моркови и яблок	55	40
	Борщ с мясом со сметаной	200	62
	Голубцы ленивые	190	298
	Кисель из кураги	200	380
	Хлеб ржаной	50	
Полдник	Ватрушка с творогом	80	458
	Чай с молоком	200	394
Итого за 9 день		**1565**	
День 10			
Завтрак	Каша вязкая молочная овсяная	200	168
	Кофейный напиток	200	395
	Бутерброд с маслом	30/10	1
2 завтрак	Чай с лимоном	200	393
Обед	Салат из белокочанной капусты	55	20
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	66
	Биточки рыбные	80	255
	Пюре из овощей	150	330
	Компот из смеси фруктов сушеных	200	376
	Хлеб ржаной	50	
Полдник	Снежок	200	401в
	Печенье	25	151
Итого за 10 день		**1600**	

для детей от 1.5 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	№ рецептуры
День 1			
Завтрак:	Каша манная жидкая	150	185
	Какао с молоком	165	397
	Бутерброд с маслом	30/5	1
2 Завтрак	Яблоко	100	368
Обед	Салат из свеклы	35	33
	Рассольник Ленинградский со сметаной	150	76
	Суфле из отварного мяса	60	277
	Макаронные изделия	120	204
	Компот из смеси фруктов сушенных	150	376
	Хлеб ржаной	30	
Полдник	Печенье	22	151
	Молоко кипяченое	150	400
Итого за 1 день		**1170**	
День 2			
Завтрак	Каша вязкая с изюмом	150	176
	Кофейный напиток	165	395
	Бутерброд с сыром	30/5	3
2 завтрак	Сок	150	399г
Обед	Салат из белокочанной капусты	35	20
	Суп лапша домашняя	150	86
	Запеканка картофельная с мясом	120	291
	Соус сметанный	30	354
	Компот из смеси фруктов сушенных	150	376
	Хлеб ржаной	30	
Полдник	Омлет натуральный	65	215
	Кисель из плодов и ягод	150	378
	Хлеб пшеничный	23	
Итого за 2 день		**1253**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	№ рецептуры
День 3			
Завтрак:	Каша гречневая вязкая	150	168
	Кофейный напиток с молоком	165	395
	Бутерброд с сыром	30/5	3

2 Завтрак	Яблоко	100	368
Обед	Салат из свеклы с черносливом	35	28
	Суп картофельный с макаронными изделиями со сметаной	150	82
	Рыба запеченная с картофелем	150	264
	Компот из смеси фруктов сушенных	150	376
	Хлеб ржаной	30	
Полдник	Крендель сахарный	70	460
	Чай с сахаром	150	392
Итого за 3 день		**1307**	
День 4			
Завтрак	Каша пшеничная	150	168
	Какао с молоком	165	397
	Бутерброд с маслом	30/5	1
2 завтрак	Сок	150	399г
Обед	Салат из моркови	35	41
	Суп картофельный с бобовыми	150	81
	Капуста тушенная	120	336
	Тефтели из говядины	60	286
	Компот из смеси фруктов сушенных	150	376
	Хлеб ржаной	30	
Полдник	Запеканка из творога	100	237
	Чай с молоком	150	394
Итого за 4 день		**1225**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	№ рецептуры
День 5			
Завтрак:	Каша рисовая вязкая	150	168
	Какао с молоком	165	397
	Бутерброд с маслом	30/5	1
2 Завтрак	Чай с лимоном	150	393
Обед	Салат из белокочанной капусты	35	20
	Бульон куриный с гренками	150	511/115
	Макаронные изделия отварные	120	204
	Биточки паровые из говядины	60	289
	Компот из смеси фруктов сушенных	150	376
	Хлеб ржаной	40	
	Соус томатный	20	354

Полдник	Снежок	150	401в
	Печенье	22	151
Итого за 5 день		**1280**	
День 6			
Завтрак	Каша гречневая	150	185
	Кофейный напиток с молоком	165	395
	Бутерброд с маслом	30/5	1
2 завтрак	Яблоко	100	368
Обед	Салат из моркови	35	41
	Щи по – уральски (с крупой) со сметаной	150	72
	Плов из птицы	150	304
	Компот из смеси фруктов сушенных	150	376
	Хлеб ржаной	30	
Полдник	Омлет натуральный с маслом	65	215
	Чай с сахаром	150	392
	Хлеб пшеничный	23	
Итого за 6 день		**1203**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	№ рецептуры
День 7			
Завтрак:	Каша манная	150	237
	Кофейный напиток с молоком	165	395
	Бутерброд с маслом	30/5	1
2 Завтрак	Сок	100	399г
Обед	Салат из белокочанной капусты	35	20
	Суп картофельный с клецками со сметаной	150	85
	Жаркое по домашнему	150	276
	Компот из смеси фруктов сушенных	150	376
	Хлеб ржаной	40	
Полдник	Суп молочный с макаронными изделиями	150	93
	Чай с сахаром	150	392
	Хлеб пшеничный	23	
Итого за 7 день		**1315**	
День 8			
Завтрак	Каша пшенная	150	185
	Чай с молоком	165	394
	Бутерброд с сыром	30/5	1

2 завтрак	Яблоко	100	368
Обед	Салат из свеклы	35	33
	Суп картофельный с мясными фрикадельками со сметаной	150	83
	Суфле из отварного мяса	60	277
	Каша рассыпчатая гречневая	120	165.1
	Компот из смеси фруктов сушенных	150	376
	Хлеб ржаной	40	
Полдник	Пудинг из творога запеченный	100	235
	Чай с сахаром	150	392
Итого за 8 день		**1277**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	№ рецептуры
День 9	Каша «Дружба»	150	168
Завтрак:	Какао с молоком	165	397
	Бутерброд с маслом	30/5	1
2 Завтрак	Сок	100	399г
Обед	Салат из моркови и яблок	35	40
	Борщ с мясом со сметаной	150	62
	Голубцы ленивые	135	298
	Кисель из кураги	150	380
	Хлеб ржаной	40	
Полдник	Ватрушка с творогом	70	458
	Чай с молоком	150	394
Итого за 9 день		**1180**	
День 10			
Завтрак	Каша вязкая молочная овсяная	150	168
	Кофейный напиток	165	395
	Бутерброд с маслом	30/5	1
2 завтрак	Чай с лимоном	150	393
Обед	Салат из белокочанной капусты	35	20
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	66
	Биточки рыбные	60	255
	Пюре из овощей	120	330
	Компот из смеси фруктов сушеных	150	376
	Хлеб ржаной	40	
Полдник	Снежок	150	401.в
	Печенье	22	151
Итого за 10 день		**1227**	