

11день	12 день	13 день	14 день	15 день
завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
	Каша молочная пшеничная	Каша молочная "Геркулес"	Каша молочная манная	Сырники из творога со сгущ молоком
Каша молочная пшенная	Кофейный напиток	Какао	Кофейный напиток	Какао
Какао	Хлеб пш. с маслом, сыром	Хлеб с маслом	Хлеб пш. с маслом, сыром	Хлеб с маслом
Хлеб с маслом	Итого:	Итого:	Итого:	Итого:
Итого:				
			Итого:	Итого:
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
Сок	Сок	Сок	Сок	Сок
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салат из кукурузы с яйцом и луком	Салат из св огурцов	Салат из св свежей капусты	Салат из моркови	Салат картофельный с солеными огурцами
Суп-уха	Борщ со сметаной	Суп гороховый с мясом	Пци из свежей капусты	Суп с клецками на куринном бульоне
Птица, тушенная с овощами	Плов с мясом	Рыба, тушенная в сметанном соусе	Жаркое по-домашнему	Ленивые голубцы
Компот из с/ф	Кисель из ягоды	Картофельное пюре	Напиток шиповника	Кисель из ягоды
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Напиток ягодный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
	Итого:	Хлеб ржаной		Итого:
Итого:	Итого:			
		Итого:	Итого:	
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Печенье	Булочка с джемом	Булочка домашняя	Вафли	Кукурузные палочки
Молоко	Молоко	Молоко	Молоко	Напиток кисломолочный
Итого:	Итого:	Итого:	Итого:	Итого:
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
Оладьи из печени, соус смет	Запеканка творожная с молоком сгущ	Котлеты из говядины	Салат из отварной свеклы	Омлет
Рожки отварные	Чай с лимоном	Каша гречневая рассыпчатая	Картофельно-рыбная запеканка	Чай с лимоном
Чай с лимоном	Хлеб пшеничный	Чай с лимоном	Чай с лимоном	Хлеб
Хлеб пшеничный	Банан	Хлеб	Хлеб	Яблоко
95	Итого:	Яблоко	Мандарин	
16 день	17 день	18 день	19 день	20 день
завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
Яйцо отварное	Запеканка творожная с молоком сгущ	Каша молочная "Дружба"	Каша молочная гречневая	Каша молочная рисовая
Суп молочный с макаронными изделиями	Какао	Кофейный напиток	Какао	Кофейный напиток
Кофейный напиток	Хлеб с повидлом	Хлеб с маслом	Хлеб с маслом	Хлеб с маслом
Хлеб пш. с маслом, сыром	Итого:	Итого:	Итого:	Итого:
Итого:		Итого:		
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
Сок	Сок	Сок	Сок	Сок
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салат из моркови	Салат из св свеклы с черносливом	Салат "Агенчык"	Салат из свежих помидоров	Салат из капусты
Борщ со сметаной	Рассольник ленинградский	Суп с макаронными изделиями	Пци из свежей капусты	Суп гороховый с мясом
Гуляш	Котлеты из говядины	Рагу овощное с мясом	Котлета рыбная	Суфле из печени
Каша гречневая рассыпчатая	Картофельное пюре	Кисель из ягоды	Рис отварной	Картофельное пюре
Напиток ягодный	Компот из с/ф	Хлеб пшеничный	Напиток шиповника	Компот из с/ф
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Итого:	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
Итого:	Итого:	Итого:	Итого:	Итого:
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Булочка с джемом	Печенье	Сушка на сметане	Булочка с джемом	Вафли
Молоко	Напиток кисломолочный	Молоко	Молоко	Молоко
Итого:	Итого:	Итого:	0	0
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
Печень по-строгановски	Рыба, тушенная с овощами	Омлет	Макароны отварные с сыром	Сырники из творога со сгущ молоком
Рожки отварные	Рис отварной	Чай с лимоном	Чай с лимоном	Чай с лимоном
Чай с лимоном	Чай с лимоном	Хлеб	Хлеб	Хлеб
Хлеб	Хлеб	Апельсин	Яблоко	Мандарин
Банан	Яблоко	Итого:	Итого:	Итого:
Итого:	Всего:			

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Детский сад № 5 «Родничок» г. Енисейска

663180, Красноярский край, г. Енисейск, ул. Бабкина, д.47, т.8(39195)2-45 20,

E-mail: ensad5@yandex.ru

**УТВЕРЖДЕНО**
Заведующий МБДОУ №5
Л.В.Крючкина
Приказ от «09» сентября 2023г. № 14-сх

ПРИМЕРНОЕ 20-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ

для организации питания детей в возрасте от 3-х и с 3-х до 7 лет
с 12 часовым пребыванием детей в МБДОУ № Детский сад №5 «Родничок»

г.Енисейск

1день	2 день	3 день	4 день	5 день
завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
	Каша молочная "Геркулес"	Каша молочная манная	Каша молочная пшеничная	Каша молочная рисовая
Каша молочная пшенная	Кофейный напиток	Какао	Кофейный напиток	Какао
Какао	Хлеб пш. с маслом, сыром	Хлеб с маслом	Хлеб пш. с маслом, сыром	Хлеб с маслом
Хлеб с маслом	Итого:	Итого:	Итого:	Итого:
Итого:				
			Итого:	Итого:
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
Сок	Сок	Сок	Сок	Сок
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салат из моркови	Салат из кукурузы с яйцом и луком	Винегрет	Салат из св огурцов	Салат из "Солнечный"
Суп гороховый с мясом	Суп с макаронными изделиями	Рассольник ленинградский	Борщ со сметаной	Суп крестьянский
Гуляш	Птица, тушенная с овощами	Печень по-строгановски	Жаркое по-домашнему	Котлета рыбная
Рожки отварные	Напиток ягодный	Каша гречневая	Кисель из ягоды	Напиток ягодный
Компот из с/ф	Хлеб пшеничный	Напиток шиповника	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
Хлеб ржаной	Итого:		Итого:	
Итого:	Итого:			Итого:
		Итого:	Итого:	
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Оладьи с повидлом	Печенье	Пряник	Булочка	Ватрушка с творогом
Чай с молоком	Молоко	Напиток кисломолочный	Молоко	Молоко
Итого:	Итого:	Итого:	Итого:	Итого:
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
Биточки из куриного филе	Картофельно-рыбная запеканка	Пудинг творожный с молоком сгущ	Плов с мясом	0
Капуста тушеная	Чай с лимоном	Чай с лимоном	Чай с лимоном	
Чай с лимоном	Хлеб пшеничный	Хлеб	Хлеб	
Хлеб пшеничный	Банан	Яблоко	Мандарин	
Апельсин	Итого:			
6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
Каша молочная кукурузная	Запеканка творожная с молоком сгущ	Каша молочная "Дружба"	Каша гречневая молочная	Яйцо отварное
Кофейный напиток	Какао	Кофейный напиток	Какао	Суп молочный с макаронными изделиями
Хлеб с маслом	Хлеб с повидлом	Хлеб с маслом	Хлеб с маслом	Кофейный напиток
		Итого:	Итого:	Хлеб с маслом
Итого:	Итого:	Итого:	Итого:	Итого:
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
Сок	Сок	Сок	Сок	Сок
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салат из капусты	Салат из свеклы с черносливом	Салат из моркови	Салат из свежих помидоров	Салат из картофельный с кукурузой и морковью
Суп с клецками на куринном бульоне	Суп гороховый с мясом	Рассольник ленинградский	Щи из свежей капусты	Суп картофельный с мясными фрикадельками
Котлеты из говядины	Тефтели рыбные	Жаркое по-домашнему	Оладьи из печени, соус смет	Капуста, тушенная с мясом
Рожки отварные	Картофельное пюре	Кисель из ягоды	Картофельное пюре	Напиток ягодный
Напиток шиповника	Компот из с/ф	Хлеб пшеничный	Напиток шиповника	Хлеб пшеничный
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Итого:	Хлеб ржаной	
Итого:	Итого:	Итого:	Итого:	Итого:
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Булочка с джемом	Пряник	Кукурузные палочки	Булочка с джемом	Сушка на сметане
Молоко	Напиток кисломолочный	Напиток кисломолочный	Молоко	Молоко
Итого:	Итого:	Итого:	0	0
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
Рыба, тушенная с овощами	Ленивые голубцы	Горошек зеленый	Сырники из творога со сгущ молоком	Плов сладкий
Рис отварной	Чай с лимоном	Омлет	Чай с лимоном	Чай с лимоном
Чай с лимоном	Хлеб	Чай с лимоном	Хлеб	Хлеб
Хлеб	Яблоко	Хлеб	Яблоко	Мандарин
Яблоко	Итого:	Апельсин	Итого:	Итого:
Итого:	Всего:	Итого:		