

Утверждаю
Заведующая МДОУ
«Детский сад № 24 «Золотая рыбка»
А.Г. Веселова

Примерное 20-дневное меню для детей, посещающих
муниципальные дошкольные образовательные учреждения г. Кимры

День 1 пн	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	Номер рецепту ры	День 2 вторник	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	Номер рецепту ры
Завтрак	Отварные макароны с маслом и сахаром	90,00	120,0		Завтрак	Каша пшеничная молочная	150,00	200,00	
	Чай сладкий	150,00	180,00			Кофейный напиток на молоке	150,00	180,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00			Масло сливочное	5,00	5,00	
	Масло сливочное	5,0	5,0			Хлеб пшеничный	30,00	30,00	
Обед	Суп крестьянский	150,00	200,00		Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150,00	200,00	
	Тефтели из говядины	70,00	80,00			Голубцы ленивые с отварным мясом	140,00	180,00	
	Пюре картофельное	90,00	110,00			Компот из сухофруктов	150,00	180,00	
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00			Хлеб ржаной	45,00	45,00	
	Хлеб ржаной	45,00	45,00						
Полдник	Молоко	100,00	100,00		Полдник	Кисель	100,00	100,00	
Ужин	Каша рисовая молочная	150,00	200,00		Ужин	Котлета рыбная	60,00	70,00	
	Чай с сахаром	150,00	180,00			Пюре картофельное	90,00	110,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00			Чай с сахаром	150,0	180,0	
						Хлеб пшеничный	30,0	30,0	
День 3 среда	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	Номер рецепту ры	День 4 четверг	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	Номер рецепту ры
Завтрак	Каша гречневая молочная	150,00	200,00		Завтрак	Каша рисовая молочная	150,00	200,00	
	Какао с молоком	150,00	180,00			Кофейный напиток на молоке	150,00	180,00	
	Масло сливочное	05,00	05,00			Масло сливочное	05,00	05,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00			Хлеб пшеничный	30,00	30,00	
	Обед	Суп овощной на бульоне из птицы	150,00	200,00		Обед	Суп гороховый	150,00	200,00
Котлеты куриные		60,00	70,00		Котлета рыбная		60,00	70,00	
Рагу овощное		100,00	110,00			Компот из сухофруктов	150,00	180,00	
Компот из сухофруктов		150,00	180,00			Пюре картофельное	90,00	110,00	
Хлеб ржаной		45,00	45,00			Хлеб ржаной	45,00	45,00	
Полдник	Отвар шиповника	100,00	100,00		Полдник	Кисель	100,00	100,00	
	Омлет натуральный	70,00	100,00			Ужин	Запеканка творожная	120,00	150,00
	Чай с сахаром	150,00	180,00		Сгущенное молоко		20,00	20,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00		Чай сладкий		150,00	180,00	
					Хлеб пшеничный	30,00	30,00		

День 5 пятница	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	Номер рецептуры	День 6 понедельник	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	Номер рецептуры	
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев молочная	150,00	200,00		Завтрак	Каша гречневая молочная	150,00	200,00		
	Какао напиток на молоке	150,00	180,00			Чай сладкий	150,00	180,00		
	Масло сливочное	05,00	05,00			Масло сливочное	5,00	5,00		
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00			Хлеб пшеничный	30,00	30,00		
Обед	Суп крупяной	150,00	200,00		Обед	Суп рыбный	150,00	200,00		
	Гуляш в томатном соусе	60,00	70,00			Гуляш в томатном соусе	60,00	70,00		
	Макароны отвар.	90,00	110,00			Макароны отвар.	90,00	110,00		
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00			Компот из сухофруктов	150,00	180,00		
	Хлеб ржаной	45,00	45,00			Хлеб ржаной	45,00	45,00		
Полдник	Молоко	100,00	100,00		Полдник	Молоко	100,00	100,00		
Ужин	Пюре картоф	90	110		Ужин	Оладьи	90,00	110,00		
	Яйцо отварное	1/2шт	1/2шт			Молоко сгущенное с сахаром	20,00	20,00		
	Чай с сахаром	150,00	180,00			Чай с сахаром	150,00	180,00		
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00							
День 7 вторник	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	Номер рецептуры	День 8 среда	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	Номер рецептуры	
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150,00	200,00		Завтрак	Каша пшенная молочная	150,00	200,00		
	Кофейный напиток с молоком	150,00	180,00			Какао напиток с молоком	150,00	180,00		
	Масло сливочное	05,00	05,00			Масло сливочное	05,00	05,00		
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00			Хлеб пшеничный	30,00	30,00		
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями кур/б	150,00	200,00		Обед	Суп свекольный	150,00	200,00		
	Котлета куриная	60,00	70,00			Тефтели из говядины	70,00	80,00		
	Пюре картофельное	90,00	110,00			Макароны отвар.	90,00			
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00			Соус томатный	20,00	20,00		
	Хлеб ржаной	45,00	45,00			Компот из сухофруктов	150,00	180,00		
Полдник	Отвар шиповника	100,00	100,00			Хлеб ржаной	45,00	45,00		
Ужин	Омлет натуральный	70,00	100,00		Полдник	Кисель	100,00	100,00		
	Чай с сахаром	150,00	180,00			Ужин	Запеканка творожная	120,00	150,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00				Сгущенное молоко	20,00	20,00	
							Чай сладкий	150,00	180,00	
							Хлеб пшеничный	30,00	30,00	

День 9 четверг	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	Номер рецепту ры
Завтрак	Каша манная молочная	150,00	200,00	
	Кофейный напиток с молоком	150,00	180,00	
	Масло сливочное	5,00	05,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	
Обед	Суп овсяный	150,00	200,00	
	Плов с птицей	140,00	180,00	
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	
	Хлеб ржаной	45,00	45,00	
Полдник	Отвар шиповника	100,00	100,00	
Ужин	Котлета рыбная	60,00	70,00	
	Картофельное пюре	90,00	110,00	
	Чай с сахаром	150,00	180,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	

День 11 суббота	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	Номер рецепту ры
Завтрак	Отварные макароны с маслом и сахаром	90,00	120,0	
	Чай с сахаром	150,00	180,00	
	Масло сливочное	5,00	5,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	
Обед	Щи из свежей капусты	150,00	200,00	
	Гуляш в томатном соусе	60,00	70,00	
	Каша гречневая рассыпчатая	90,00	120,00	
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	
	Хлеб ржаной	45,00	45,00	
Полдник	Молоко	100,00	100,00	
Ужин	Каша манная молочная	150,00	200,00	
	Чай с сахаром	150,00	180,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	

День 10 пятница	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	Номер рецепту ры
Завтрак	Каша из пшена и риса молочная «Дружба»	150,00	200,00	
	Какао напиток на молоке	150,00	180,00	
	Масло сливочное	5,00	05,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	150,00	200,00	
	Гуляш из печени	60,00	70,00	
	Каша гречневая рассыпчатая	90,00	120,00	
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	
	Хлеб ржаной	45,00	45,00	
Полдник	Кисель	100,00	100,00	
Ужин	Суп молочный вермишелевый	120,00	150,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	
	Чай сладкий	150,00	180,00	

День 12 вторник	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	Номер рецепту ры
Завтрак	Каша рисовая молочная	150,00	200,00	
	Кофейный напиток на молоком	150,00	180,00	
	Масло сливочное	5,00	05,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	
Обед	Суп вермишелевый на кур. бульоне	150,00	200,00	
	Капуста тушеная с курицей	140,0	180,0	
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	
	Хлеб ржаной	45,00	45,00	
Полдник	Кисель	100,00	100,00	
Ужин	Котлеты рыбные	60,00	70,00	
	Картофельное пюре	80,00	110,00	
	Чай с сахаром	150,00	180,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	

День 17 вторник	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	Номер рецепту ры	День 18 среда	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	Номер рецепту ры
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев молочная	150,00	200,00		Завтрак	Каша манная молочная	150,00	200,00	
	Какао напиток на молоком	150,00	180,00			Кофейный напиток с молоком	150,00	180,00	
	Масло сливочное	5,00	05,00			Масло сливочное	5,00	05,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00			Хлеб пшеничный	30,00	30,00	
Обед	Суп свекольный	150,00	200,00						
	Гуляш в томатном соусе	60,00	70,00		Обед	Суп овощной на бульоне из птицы	150,00	200,00	
	Рис отварной	80,00	100,00			Суфле из отварной птицы	70,00	85,00	
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00			Капуста тушеная	80,00	100,00	
						Компот из сухофруктов	150,00	180,00	
Полдник	Молоко	100,00	100,00			Хлеб ржаной	45,00	45,00	
Ужин	Запеканка творожная	120,00	150,00		Полдник	Отвар шиповника	100,00	100,00	
	Сгущенное молоко	20,00	20,00		Ужин	Каша рисовая молочная	150,00	200,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00			Чай с сахаром	150,00	180,00	
	Чай сладкий	150,00	180,00			Хлеб пшеничный	30,00	30,00	
День 19 четверг	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	Номер рецепту ры	День 20 пятница	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	Номер рецепту ры
Завтрак	Каша из пшена и риса молочная «Дружба»	150,00	200,00		Завтрак	Каша рисовая молочная	150,00	200,00	
	Какао напиток на молоке	150,00	180,00			Кофейный напиток на молоке	150,00	180,00	
	Масло сливочное	05,00	05,00			Масло сливочное	5,00	05,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00			Хлеб пшеничный	30,00	30,00	
Обед	Суп крестьянский	150,00	200,00		Обед	Суп рыбный	150,00	200,00	
	Тефтели из говядины	70,00	80,00			Оладьи из печени	60,00	70,00	
	Томатный соус	20,00	20,00			Картофельное пюре	100,00	110,00	
	Макаронные изделия	90,00	110,00			Компот из сухофруктов	150,00	180,00	
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00			Хлеб ржаной	45,00	45,00	
	Хлеб ржаной	45,00	45,00						
Полдник	Кисель	100,00	100,00		Полдник	Отвар шиповника	100,00	100,00	
Ужин	Котлета рыбная	60,0	70,0		Ужин	Суп молочный вермишелевый	120,00	150,00	
	Картофельное пюре	100,00	110,00			Чай с сахаром	150,00	180,00	
	Чай с сахаром	150,00	180,00			Хлеб пшеничный	30,00	30,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00						