ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0097E90B663346D34F7D0F19196CC2EEEF
Владелец: Веселова Анастасия Геннадиевна
Действителен: с 11.11.2025 до 04.02.2027

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

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

День 1 понедельник	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Отварные макароны с маслом и сахаром	150,00	200,0	198
	Чай с сахаром и молоком	150,00	180,00	77,4
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	130,1
	Масло сливочное	5,0	5,0	
	Сыр	5,00	10,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Щи на мясном бульоне	150,00	200,00	114,35
	Греча по-купечески	160,00	200,00	289
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	113,39
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
Полдник	Напиток из шиповника	100,00	150,00	113
Ужин	Тефтеля мясная	60,00	70,00	158
	Картофельное пюре	120,00	150,00	240
	Чай с сахаром	150,0	180,0	49,2
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	

День 2 вторник	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150,00	200,00	198
	Какао с молоком	150,00	180,00	60
	Масло сливочное	5,00	5,00	104
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Суп рыбный	150,00	200,00	82
	Котлета мясная	60,0	70,00	110
	Рагу овощное	120,00	150,00	126
	Компот из свежих ягод	150,00	180,00	160
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
Полдник	Напиток кисломолочный	100,00	150,00	
Ужин	Запеканка творожная	140,00	180,00	160
	Сгущенное молоко	20,00	20,00	20
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	

День 3 среда	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша манная молочная	150,00	200,00	198
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Сыр	5,00	10,00	130,1
	Масло сливочное	5,00	5,00	
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Суп крупяной (рассольник)	150,00	200,00	98
	Жаркое по - домашнему	160,00	200,00	273
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	113,39
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
Полдник	Молоко	100,00	150,00	123,4
Ужин	Рыба под омлетом	140,00	180,00	228
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	57,84
	Кондитерское изделие	20,00	30,00	

День 4 четверг	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша из пшена и риса молочная «Дружба»	150,00	200,00	198
	Какао напиток с молоком	150,00	180,00	60
	Масло сливочное	5,00	5,00	130,1
	Сыр	5,00	10,00	
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Суп овощной на бульоне из птицы	150,00	200,00	60
	Котлета куриная	60,00	70,00	70
	Капуста тушенная	120,00	150,00	130
	Компот из свежих ягод	150,00	180,00	160
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
Полдник	Напиток из шиповника	100,00	100,00	113
Ужин	Запеканка творожная	140,00	180,00	160
	Сгущенное молоко	20,00	20,00	20
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	57,84

День 5 пятница	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша пшенная молочная	150,00	200,00	198
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Масло сливочное	5,00	5,00	130,1
	Сыр	5,00	10,00	
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Борщ из свежей капусты	150,00	200,00	163
	Пюре картофельное	120,00	150,00	240
	Тефтели мясная	60,00	70,00	158
	Компот из свежих ягод	150,00	180,00	160
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
Полдник	Кисель	100,00	150,00	105
Ужин	Суп молочный вермишелевый	150,00	200,00	240
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Булка сдобная	50,00	50,00	296

День 6 понедельник	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша пшенная молочная	150,00	200,00	198
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Масло сливочное	5,00	5,00	130,1
	Сыр	5,00	10,00	
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Щи на мясном бульоне	150,00	200,00	114,35
	Гуляш мясной в томатном соусе	60,00	70,00	260
	Макароны	120,00	150,00	350
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	113,39
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
Полдник	Напиток из шиповника	100,00	100,00	113
Ужин	Пюре картофельное	120,00	150,00	194
	Яйцо	½ шт.	1 шт.	78
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Кондитерское изделие	30,00	40,00	

День 7 вторник	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша гречневая молочная	150,00	200,00	
	Какао напиток с молоком	150,00	180,00	60
	Масло сливочное	5,00	5,00	104
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Суп рыбный	150,00	200,00	82
	Голубцы ленивые	160,00	200,00	200
	Компот из ягод	150,00	180,00	160
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
Полдник	Напиток кисломолочный	100,00	150,00	
Ужин	Запеканка творожная	140,00	180,00	160
	Сгущенное молоко	20,00	20,00	20
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	57,84
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2

День 8 среда	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150,00	200,00	198
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Сыр	5,00	10,00	130,1
	Масло сливочное	5,00	5,00	
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Суп вермишелевый	150,00	200,00	102
	Жаркое по-домашнему с курицей	160,00	200,00	273
	Компот из ягод	150,00	180,00	160
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
Полдник	Молоко	100,00	150,00	123,4
Ужин	Оладьи	120,00	140,00	240
	Молоко, сгущенное с сахаром	20,00	20,00	20
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2

День 9 четверг	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша из пшена и риса молочная «Дружба»	150,00	200,00	198
	Какао напиток с молоком	150,00	180,00	60
	Масло сливочное	5,00	5,00	104
	Сыр	5,00	10,00	
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Суп гороховый на мясном бульоне	150,00	200,00	240
	Котлета рыбная	60,0	70,00	130свекольние
	Рагу овощное	120,00	150,00	126
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	113,39
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
	Гренки	15,00	20,00	
Полдник	Напиток из шиповника	100,00	150,00	113
Ужин	Омлет натуральный	130,00	150,00	260
	Зеленый горошек	20,00	30,00	32,6
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	57,84
	Кондитерское изделие	20,00	30,00	

День 10 пятница	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша манная молочная	150,00	200,00	198
	Чай с сахаром и молоком	150,00	180,00	77,4
	Масло сливочное	5,00	5,00	130,1
	Сыр	5,00	10,00	
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Свекольник	150,00	200,00	170
	Оладьи из печени	60,00	70,00	137
	Картофельное пюре	120,00	150,00	91
	Компот из ягод	150,00	180,00	160
	Хлеб ржаной	45,00	45,00	142
Полдник	Кисель	100,00	150,00	105
Ужин	Каша рисовая молочная	150,00	200,00	198
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Кондитерское изделие	20,00	30,00	

День 11 понедельник	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Отварные макароны с маслом и сахаром	1500,00	200,0	198
	Чай с сахаром и молоком	150,00	180,00	49,2
	Масло сливочное	5,00	5,00	130,1
	Сыр	5,00	10,00	
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Щи из свежей капусты	150,00	200,00	114,35
	Греча по-купечески	160,00	200,00	289
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	113,39
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
Полдник	Напиток из шиповника	100,00	150,00	113
Ужин	Пюре картофельное	90,00	110,00	198
	Яйцо отварное	1 шт.	1 шт.	78
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	57,84
	Кондитерское изделие	20,00	30,00	

День 12 вторник	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша рисовая молочная	150,00	200,00	198
	Какао напиток с молоком	150,00	180,00	60
	Масло сливочное	5,00	05,00	104
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Суп рыбный	150,00	200,00	82
	Тефтели мясные	60,00	70,00	230
	Рагу овощное	120,00	150,00	126
	Компот из ягод	150,00	180,00	160
	Хлеб ржаной	45,00	50,00	142
Полдник	Напиток кисломолочный	100,00	150,00	
Ужин	Запеканка творожная	140,00	180,00	160
	Сгущенное молоко	20,00	20,00	20
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	57,84
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2

День 13 среда	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша гречневая молочная	150,00	200,00	198
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Сыр	5,00	10,00	130,1
	Масло сливочное	5,00	05,00	
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Суп вермишелевый на курином бульоне	150,00	200,00	102
	Котлета куриная	60,00	70,00	70
	Капуста тушеная	120,00	150,00	130
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	113,39
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
Полдник	Молоко	100,00	150,00	123,4
Ужин	Омлет натуральный	130,00	150,00	260
	Зеленый горошек	20,00	30,00	32,6
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Кондитерское изделие	20,00	30,00	

День 14 четверг	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша из пшена и риса молочная «Дружба»	150,00	200,00	198
	Какао напиток с молоком	150,00	180,00	60
	Сыр	5,00	10,00	130,1
	Масло сливочное	5,00	05,00	
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Борщ	150,00	200,00	163
	Греча отварная	120,0	160,00	80
	Гуляш мясной	60,00	70,00	260
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
	Компот из ягод	150,00	180,00	160
Полдник	Кисель	100,00	100,00	105
Ужин	Картофельное пюре	90,00	110,00	240
	Котлета рыбная	60,00	70,00	130
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	57,84
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2

День 15 пятница	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150,00	200,00	198
	Чай с сахаром и молоком	150,00	180,00	77,4
	Масло сливочное	5,00	05,00	130,1
	Сыр	5,00	10,00	
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Рассольник	150,00	200,00	98
	Тефтели мясная	60,00	70,00	158
	Рагу овощное	120,00	150,00	126
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	113,39
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
Полдник	Кисель	100,00	150,00	105
Ужин	Вермишель молочная	150,00	200,00	300
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	57,84
	Булка сдобная	50,00	50,00	296

День 16 понедельник	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша из пшена и риса молочная «Дружба»	150,00	200,00	198
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Масло сливочное	5,00	5,00	130,1
	Сыр	5,00	10,00	
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Щи из свежей капусты	150,00	200,00	114,35
	Рис с овощами	120,00	150,00	221,88
	Тефтели мясная	60,00	70,00	158
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	113,39
Полдник	Напиток из шиповника	100,00	150,00	113
Ужин	Омлет натуральный	130,00	150,00	260
	Зеленый горошек	20,00	30,00	32,6
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	57,84
	Кондитерское изделие	20,00	30,00	

День 17 вторник	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша гречневая молочная	150,00	200,00	198
	Какао напиток на молоке	150,00	180,00	60
	Масло сливочное	5,00	05,00	104
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Суп свекольный	150,00	200,00	170
	Оладьи из печени	60,00	70,00	137
	Картофельное пюре	120,00	150,00	240
	Компот из ягод	150,00	180,00	160
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
Полдник	Напиток кисломолочный	100,00	150,00	
Ужин	Запеканка творожная	140,00	180,00	160
	Сгущенное молоко	20,00	20,00	20
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	57,84
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2

День 18 среда	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша пшенная молочная	150,00	200,00	198
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Масло сливочное	5,00	5,00	130,1
	Сыр	5,00	10,00	
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Суп вермишелевый	150,00	200,00	102
	Капуста тушеная с курицей	160,00	200,00	160
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	113,39
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
Полдник	Молоко	100,00	150,00	123,4
Ужин	Оладьи	120,00	140,00	240
	Молоко, сгущенное с сахаром	20,00	20,00	57,84
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2

День 19 четверг	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша рисовая молочная	150,00	200,00	198
	Какао напиток на молоке	150,00	180,00	60
	Масло сливочное	5,00	5,00	130,1
	Сыр	5,00	10,00	
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Суп гороховый на мясном бульоне	150,00	200,00	240
	Греча отварная	120,0	160,00	80
	Гуляш мясной	60,00	70,00	260
	Компот из сухофруктов	150,00	180,00	113,39
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
Полдник	Напиток из шиповника	100,00	150,00	113
Ужин	Картофельное пюре	90,00	110,00	198
	Котлета рыбная	60,00	70,00	138
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	57,84
	Кондитерское изделие	20,00	30,00	
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2

День 20 пятница	Наименование блюда	1,5-3 года Выход, г	3-7 лет Выход, г	К/К
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150,00	200,00	198
	Чай с сахаром и молоком	150,00	180,00	77,4
	Масло сливочное	5,00	5,00	130,1
	Сыр	5,00	10,00	
	Хлеб пшеничный	35,00	40,00	
2 завтрак	Фрукты/сок/напиток кисл.	100,00	100,00	
Обед	Суп рыбный	150,00	200,00	82
	Тефтели мясная	60,00	70,00	158
	Рагу овощное	120,00	150,00	126
	Компот из ягод	150,00	180,00	160
	Хлеб ржаной	40,00	50,00	142
Полдник	Кисель	100,00	150,00	105
Ужин	Каша манная молочная	150,00	200,00	198
	Чай с сахаром	150,00	180,00	49,2
	Кондитерское изделие	20,00	30,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	57,84