УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГКУ ЗО
«Детский сад №39 «Радуга»
г. Бердянск
_____ М.В. Шелудченко

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

для детей дошкольных образовательных учреждений на зимне-весенний период 2023-2024 г.г.

г. Бердянск,
2023

I неделя

Понедельник

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Каша пшеничная	80	100
Яйцо отварное	1 шт.	1 шт.
Икра кабачковая	30	40
Хлеб с маслом и сыром	20/5/5	30/10/7
Чай с лимоном	150	180
10:00 сок фруктовый (фрукты свежие)	100/1 шт.	120/1 шт.
Обед		
Свекла тушеная с черносливом	40	50
Суп с галушками	180	200
Каша пшенная	80	100
Тефтеля мясная в томатном соусе	60	80
Хлеб пшеничный	30	60
Компот из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
Полдник		
Рагу овощное с зеленым горошком	130	150
Хлеб пшеничный	20	30
Домашняя булочка с изюмом	50	60
Цикорий на молоке	150	180

Вторник

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Ленивые вареники со сметаной	120	130
Хлеб с маслом и сыром	20/5/7	30/10/7
Какао на молоке	150	180
10:00 Кефир	150	180
Печенье	1 шт.	1 шт.
Обед		
Тушеная капуста	40	50
Рассольник со сметаной	180	200
Жаркое по-домашнему с мясом	150	180
Хлеб пшеничный	30	40
Кисель из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
Полдник		
Салат из зеленого горошка	25	30
Каша овсяная	80	100
Тефтеля рыбная с овощной подливой	50	80
Хлеб пшеничный	20	30
Сок фруктовый	120	150

Среда

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Пудинг из тыквы с рисом(каша молочная рисовая)	120/180	140/200
Хлеб с маслом и сыром	20/5/5	30/10/7
Цикорий на молоке	150	180
10:00 яблоко печеное с сахаром	1 шт	1 шт
Обед		
Квашеные овощи	20	30
Борщ со сметаной	180	200
Зразы картофельные с мясом (картофельная запеканка с мясом)	120/140	150/160
Хлеб пшеничный	30	40
Компот из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
Полдник		
Слоеные голуюцы с мясом	140	160
Хлеб пшеничный	20	30
Рогалик с повидлом	50	60
Какао на молоке	150	180

Четверг

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Творожно-морковный пудинг со сметаной	120	140
Хлеб с маслом и сыром	20/5/5	30/10/7
Кофейный напиток на молоке	150	180
10:00 Кефир	150	180
Вафли	1 шт.	1 шт.
Обед		
Квашеные овощи	20	30
Суп овощной со сметаной	180	200
Рулет мясной с яйцом (биток мясной)	110/60	130/80
Каша овсяная	90	-
Пюре гороховое	-	120
Хлеб пшеничный	40	60
Кисель из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
Полдник		
Вареники с мясом	100	130
Молоко кипяченое	150	180

Пятница

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Каша пшеная	90	100
Яйцо отварное	1 шт.	1 шт.
Икра кабачковая	30	40
Хлеб с маслом и сыром	20/5/5	30/10/7
Чай с лимоном	150	180
10:00 Сок фруктовый (фрукты свежие)	100/1 шт.	120/1 шт.
Обед		
Икра свекольно-морковная	40	50
Суп «Харчо» со сметаной	180	200
Запеканка макаронная с мясом	150	170
Хлеб пшеничный	30	40
Компот из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
Полдник		
Каша гречневая	90	100
Котлета рыбная	40	60
Хлеб пшеничный	20	30
Сок фруктовый	120	150

II неделя

Понедельник

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Макароны отварные	90	120
Яйцо отварное	1 шт.	1 шт.
Икра кабачковая	30	40
Хлеб с маслом и сыром	20/5/5	30/10/7
Чай с лимоном	150	180
10:00 Сок фруктовый (фрукты свежие)	100/1 шт.	120/1 шт.
Обед		
Квашеные овощи	20	30
Суп гороховый с гренками	180/15	200/20
Картофельное пюре	120	140
Биток мясной	60	80
Хлеб пшеничный	40	60
Кисель из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
Полдник		
Плов из риса с яблоком, изюмом и черносливом	120	140
Оладьи с повидлом	50	60
Какао на молоке	150	180

Вторник

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Крупеник с творогом со сметаной	120	140
Хлеб с маслом и сыром	20/5/5	30/10/7
Цикорий на молоке	150	180
10:00 Кефир	150	180
Печенье	1 шт.	1 шт.
Обед		
Квашеные овощи	20	30
Суп с мясними фрикадельками	180/25	200/30
Рагу овощное с мясом	150	180
Хлеб пшеничный	30	40
Компот из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
Полдник		
Икра кабачковая	30	40
Каша пшеничная	90	100
Котлета рыбная	40	60
Хлеб пшеничный	20	30
Сок фруктовый	120	150

Среда

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Каша молочная манная	180	200
Хлеб с маслом и сыром	20/5/5	30/10/7
Чай с лимоном	150	180
10:00 Сок фруктовый (фрукты свежие)	100/1 шт.	120/1 шт.
Обед		
Квашеные овощи	20	30
Борщ с фасолью со сметаной	180	200
Плов рисовый с мясом	140	160
Хлеб пшеничный	40	60
Кисель из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
Полдник		
Сырники розовые со сметаной	110	130
Молоко кипяченое	150	180

Четверг

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Каша пшеная с тыквой на молоке (молочная пшеная каша)	180	200
Хлеб с маслом и сыром	20/5/5	30/10/7
Чай с лимоном	150	180
10:00 Кефир	150	180
Вафля	1 шт.	1 шт.
Обед		
Икра кабачковая	30	40
Свекольник со сметаной	180	200
Макароны отварные	90	120
Бефстроганов из мяса	60	80
Хлеб пшеничный	30	40
Компот из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
Полдник		
Салат из зеленого горошка	25	30
Каша рисовая	90	100
Тефтеля рыбная в овощной подливе	50	80
Хлеб пшеничный	20	30
Сок фруктовый	120	150

Пятница

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Каша овсяная	90	100
Яйцо отварное	1 шт.	1 шт.
Икра кабачковая	30	40
Хлеб с маслом и сыром	20/5/5	30/10/7
Кофейный напиток на молоке	150	180
10:00 Яблоко печеное с сахаром	1 шт.	1 шт.
Обед		
Квашеные овощи	20	30
Суп рыбный	180	200
Картофель тушеный с мясом	150	180
Хлеб пшеничный	30	40
Кисель из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
Полдник		
Икра свекольная с черносливом	40	50
Кнели мясные с рисом	80	100
Хлеб пшеничный	20	30
Ватрушка с творогом	50	60
Молоко кипяченое	150	180