

(меню со
и
общес

ЗАВТРАК	ДЕНЬ 1		ДЕНЬ 2	
	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход
	Омлет натуральный (с маслом сливочным Крестьянское)	80/3	Каша вязкая молочная гречневая с маслом сливочным "Крестьянское"	200/5
	Горошек зеленый	60		
	Чай с сахаром и лимоном	180/8/7	Кофейный напиток с молоком	180/8
	Батон йодированный "Рябинушка"	30	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский (батон йодированный Рябинушка)	30/15/5
ОБЕД	Борщ с капустой,картофелем, сметаной	200/10	Суп крестьянский с крупой	200
	Котлета из мяса говядины (с маслом сливочным Крестьянское)	70/4	Биточки из мяса говядины (с маслом сливочным " Крестьянское")	70/4.3
	Капуста тушенная	150	Овощи отварные с жиром (морковь)	120
	Напиток из плодов шиповника(витаминны й)	180/8	Компот из смеси сухофруктов	180/8
			Свежие/соленые овощи	40

	Хлеб ржаной/пшеничный	50/20	Хлеб ржаной/пшеничный	50/30
ПОЛДНИК	Шницель рыбный натуральный из рыбы минтая	70	Запеканка из творога со сметаной	130/15
	Картофель отварной (с маслом сливочным Крестьянское)	150		
	Соус томатный	50		
	Кофейный напиток с молоком	180/8		
	Свежие/соленые овощи	40	Кефир	180
	Хлеб пшеничный	30		
УЖИН	Печенье	40	Фрукты свежие	100
	Итого за весь день:	1572	Итого за весь день:	1562
ЗАВТРАК	ДЕНЬ 6		ДЕНЬ 7	
	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход
	Яйцо варенное	40	Каша жидкая молочная геркулесовая с маслом сливочным " Крестьянское"	200/5
	Икра кабачковая	60		
	Макароны отварные (с маслом сливочным Крестьянское)	150/3		
	Чай с сахаром и лимоном	1808/7	Кофейный напиток с молоком	180/8
	Батон йодированный " Рябинушка"	30	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский (батон йодированный Рябинушка	30/15/5
ОБЕД	Борщ с фасолью,картофелем, сметаной	200/10	Суп -лапша домашняя	200
	Шницель из мяса говядины с маслом сливочным Крестьянское	70/4.3	Курица отварная	80,00
	Капуста тушеная	150	Картофельное пюре	150

	Компот из смеси сухофруктов	180/8	Кисель из шиповника (витаминный)	180
	Хлеб пшеничный / ржаной	50/30	Хлеб пшеничный / ржаной	50/20
ПОЛДНИК	Сырники с морковью и сметаной	130/15	Фрикадельки рыбные из рыбы минтая с томатным соусом	70/30
			Рис отварной	150
			Свежие/соленые овощи	40
			Чай с сахаром и лимоном	1808/7
	Кефир	180	Хлеб пшеничный	30
УЖИН	Фрукты свежие	100	сок фруктовый	200
	Итого за весь день:	1840	Итого за весь день:	1828
ЗАВТРАК	ДЕНЬ 1		ДЕНЬ 2	
	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход
	Омлет натуральный (с маслом сливочным Крестьянское)	80/3	Каша вязкая молочная гречневая с маслом сливочным "Крестьянское"	150/4
	Икра кабачковая	40	Кофейный напиток молоком	150/7
	Чай с сахаром и лимоном	150/7/5		
	Батон йодированный "Рябинушка"	20	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский (батон йодированный Рябинушка)	20/5/10
	Борщ с капустой, картофелем	180/7/5	Суп крестьянский с	180

ОБЕД	Капусты,картофеле м, сметаной	100/7/3	крупой	100
	Котлета из мяса говядины (с маслом сливочным Крестьянское)	60/3	Биточки из мяса говядины с маслом сливочным Крестьянское	60/3
	Капуста тушеная	120	Овощи отварные с жиром(морковь)	120
			Овощи свежие	35
	Напиток из плодов шиповника (витаминный)	150/7/5	Компот из смеси сухофруктов	150/7
	Хлеб ржаной/пшеничный	40/20	Хлеб ржаной/пшеничный	40/20
ПОЛДНИК	Шницель рыбный натуральный из рыбы минтая	60	Запеканка из творога со сметаной	130/15
	Картофель отварной (с маслом сливочным Крестьянское)	120/4		
	Соус томатный	30		
	Кофейный напиток с молоком	150/7		
	Свежие овощи	35	Каша	150

	Хлеб пшеничный	20	кефир	150
УЖИН	Печенье	40	Фрукты свежие	100
	Итого за весь день:	1359	Итого за весь день:	1357

	ДЕНЬ 6		ДЕНЬ 7	
	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход
ЗАВТРАК	Омлет натуральный (с маслом сливочным Крестьянское)	80/3	Каша жидкая молочная геркулесовая с маслом сливочным " Крестьянское"	150/4
	Икра кабачковая	40		
	Чай с сахаром и лимоном	150/7/5	Кофейный напиток молоком	150/7
	Батон йодированный " Рябинушка"	20	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский (батон йодированный Рябинушка)	20/5/10
	Борщ с фасолью,картофеле м, сметаной	180/7.5	Суп -лапша домашняя	180
ОБЕД	Шницель из мяса говядины (с маслом сливочным Крестьянское)	60/3.4	Котлета, рубленая из бройлеров цыплят	70/3.4

	Капуста тушенная	120	Картофельное пюре	120
	Компот из смеси сухофруктов	150/7	Кисель из плодов шиповника(витаминный)	150
	Хлеб пшеничный / ржаной	40/20	Хлеб пшеничный / ржаной	40/20
ПОЛДНИК	Сырники с морковью со сметаной	130/15	Фрикадельки рыбные из рыбы минтая с томатным соусом	70/30
			Рис отварной	120
			Свежие овощи	35
			Чай с сахаром и лимоном	150/7/5
	Кефир	150	Хлеб пшеничный	20
УЖИН	Фрукты свежие	100	Сок фруктовый	200
	Итого за весь день:	1194	Итого за весь день:	1417

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с № 18

« _____ » _____ 2026г.

Н.А.Фандеева

ВЕСЕННЕЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ДЕТЕЙ 1,5 – 7 ЛЕТ

ставлено на основе «Сборника рецептур блюд
кулинарных изделий для предприятий
твенного питания». – Киев; Москва, 2005)

ДЕНЬ 3		ДЕНЬ 4	
Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход
Каша жидкая молочная пшеничная (с маслом сливочным" Крестьянское")	200/5	Каша жидкая молочная манная (с маслом сливочным" Крестьянское")	200/5
Какао с молоком	180/8	Чай с сахаром и лимоном	180/8/7
Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское(батон йодированный Рябинушка)	30/5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский (батон йодированный Рябинушка)	30/15/5
Щи из свежей капусты с картофелем , сметаной	200/10	Суп картофельный с клецками	150
Суфле из бройлеров цыплят (с маслом сливочным Крестьянское)	70/3.1	Запеканка картофельная с печенью говядины	190
Пюре из свеклы	150		50
Кисель из плодов шиповника(витаминный)	180	Компот из смеси сухофруктов	180/8
Свежие/соленые овощи	40	Свежие/соленые овощи	40

Хлеб пшеничный / ржаной	50/20	Хлеб пшеничный / ржаной	50/30
Рыба минтай тушенная в томате с овощами	70/70	Сырники из творога и сметаной	130/15
Картофельное пюре	150		
Свежие/соленые овощи	40		
Чай с сахаром и лимоном	180/8/7		
Хлеб пшеничный	30	Кисель молочный	180
Пирожок печенный с капустой свежей	80	Фрукты свежие	100
Итого за весь день:	1787	Итого за весь день:	1613
ДЕНЬ 8		ДЕНЬ 9	
Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход
Каша жидкая молочная пшеничная с маслом сливочным "Крестьянское"	200/5	Каша жидкая молочная манная (с маслом сливочным" Крестьянское")	200/5
Какао с молоком	180/8	Кофейный напиток с молоком	180/8
Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское(батон йодированный Рябинушка)	30/5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский (батон йодированный Рябинушка	30/15/5
Суп из овощей	200	Борщ с капустой,картофелем, сметаной	200/10
Голубцы ленивые	190	Зразы из мяса говядины фаршированные рисом(паровые)	70/50
		Пюре из моркови с маслом сливочным	150

Компот из смеси сухофруктов	180/8	Напиток из плодов шиповника(витаминный)	180/8
Хлеб пшеничный / ржаной	50/20	Хлеб пшеничный/ржаной	50/20
Свежие/соленые овощи	40		
Каша вязкая молочная гречневая с маслом сливочным "Крестьянское"	200/5	Шницель натуральный рыбный из минтая	70
		Картофель отварной (с маслом сливочным Крестьянское)	150/5.2
Чай с сахаром и лимоном	2,07	Свежие/соленые овощи	40
		Чай с сахаром и лимоном	1808/7
Хлеб пшеничный	30,00	Хлеб пшеничный	30
Пирожок печенный из дрожжевого теста с повидлом	80,00	Печенье	40
Итого за весь день:	1625,00	Итого за весь день:	1706

ЯСЛИ 1,5-3 года

ДЕНЬ 3		ДЕНЬ 4	
Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход
Каша жидкая молочная пшеничная (с маслом сливочным" Крестьянское")	150/4	Каша жидкая молочная манная (с маслом сливочным" Крестьянское")	150/4
Какао с молоком	150/7	Чай с сахаром и лимоном	150/7/5
Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское(батон йодированный Рябинушка)	20/5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский (батон йодированный)	20/5/10
Щи из свежей	120	Суп картофельный	120

капусты с картофелем	100	с клецками	100
Суфле из бройлеров цыплят (с маслом сливочным Крестьянское)	60/2.7	Запеканка картофельная с печенью говядины	150
Пере из свеклы	120	Соус красный основной	30
Кисель из плодов шиповника(витаминный)	150	Компот из смеси сухофруктов	150/7
Овощи свежие	30	Овощи свежие	35
Хлеб пшеничный / ржаной	40/20	Хлеб пшеничный / ржаной	40/20
Фрикадельки рыбные из рыбы минтая с томатным соусом	70/30	Сырники из творога со сметаной	130/15
Картофельное пюре	120		
Чай с сахаром и лимон	150/7/5		
Овощи свежие	35		
Хлеб пшеничный	20	Кисель молочный	150

ХЛЕБ пшеничный	20	Кисель молочный	150
Пирожок печенный с капустой свежей	80	Фрукты свежие	100
Итого за весь день:	1468	Итого за весь день:	1385

ДЕНЬ 8		ДЕНЬ 9	
<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход</i>	<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход</i>
Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным " Крестьянское"	150/4	Каша жидкая молочная рисовая с маслом сливочным " Крестьянское"	150/4
Какао с молоком	150/7	Кофейный напиток молоком	150/7
Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское(батон йодированный Рябинушка)	20/5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский (батон йодированный Рябинушка)	20/5/10
Суп из овощей	180	Борщ с капустой,картофелем, сметаной	180/7.5
Голубцы ленивые	135	Зразы из мяса говядины фаршированные рисом(паровые) в соусе	60/30
		Пюре из моркови с	120

Свежие овощи	35	маслом сливочным Крестьянское	120
Компот из смеси сухофруктов	150/7	Напиток из плодов шиповника (витаминный)	150/7
Хлеб пшеничный / ржаной	40/20	Хлеб пшеничный/ржаной	40/20
Каша вязкая молочная гречневая с маслом сливочным "Крестьянское"	150/4	Шницель натуральный рыбный из минтая	60
		картофель отварной (с маслом сливочным)	120/4
		Свежие овощи	35
Чай с сахаром и лимоном	150/7/5	Чай с сахаром и лимоном	150/7/5
Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20
Пирожок печенный из дрожевого теста с повидлом	60	Печенье	40
Итого за весь день:	1310	Итого за весь день:	1418

ДЕНЬ 5	
<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход</i>
Суп молочный с макаронными изделиями с маслом сливочным Крестьянское	200/5
Кофейный напиток с молоком	180/8
Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское(батон йодированный Рябинушка)	30/5
Борщ с фасолью,картофелем, сметаной	200/5
Тефтели из мяса говядины	200/5
Картофельное пюре	150
Соус красный основной	50
Компот из смеси сухофруктов	180/8
Свежие/соленые овощи	40

Хлеб пшеничный/ ржаной	40
Каша жидкая молочная рисовая с маслом сливочным Крестьянское	200/5
Чай с сахаром и лимоном	180/8/7
Хлеб пшеничный	30
сок фруктовый	200
Итого за весь день:	1837
ДЕНЬ 10	
Наименование блюд	Выход
Каша вязкая молочная ячневая с маслом сливочным " Крестьянское"	200/5
Какао с молоком	180/8
Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское(батон йодированный Рябинушка)	30/5
Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	200
Фрикадельки из говяфдины в томатном соусе	70/30
Картофельное пюре	150

Компот из смеси сухофруктов	180/8
Хлеб пшеничный / ржаной	50/30
Свежие/соленые овощи	40
Ленивые вареники(с маслом сливочным " Крестьянское")	140/7
Кофейный напиток с молоком	180/8
Фрукты свежие	100
Итого за весь день:	1613

ДЕНЬ 5	
Наименование блюд	Выход
Суп молочный с макаронными изделиями с маслом сливочным Крестьянское	150/4
Кофейный напиток молоком	150/7
Бутерорд с маслом сливочным Крестьянское(батон йодированный Рябининское)	20/5
Борщ с фасолью и картофелем	180/7 5

фасолью,картофелем, сметаной	100/7/3
Тефтели из мяса говядины	60
Картофельное пюре	120
Соус красный основной	30
Компот из смеси сухофруктов	150/7
Овощи свежие	35
Хлеб пшеничный/ржаной	40/20
Каша жидкая молочная рисовая с маслом сливочным Крестьянское	150/4
Чай с сахаром и лимоном	150/7/5
Хлеб пшеничный	20

Хлеб пшеничный	20
Сок фруктовый	200
Итого за весь день:	1522

ДЕНЬ 10	
Наименование блюд	Выход
Каша вязкая молочная ячневая с маслом сливочным " Крестьянское"	150/4
Какао с молоком	150/7
Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское(батон йодированный Рябинушка)	20/5
Суп картофельный с горохом	180
Фрикадельки из мяса говядины в соусе	60/30
Итого за весь день:	1320

картофельное пюре	120
Компот из смеси сухофруктов	150/7
Хлеб пшеничный / ржаной	40/20
Свежие овощи	35
Ленивые вареники с маслом сливочным " Крестьянское"	140/7
Кофейный напиток молоком	150/7
Фрукты свежие	100
Итого за весь день:	1383