

Утверждаю
Заведующий МАДОУ д/с № 104
О.Ю. Давнишняя
Приказ № 466 - от
от « 01 » октября 2025 г

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

Первая неделя

	понедельник	вторник	Среда	четверг	пятница
Завтрак Ясли/сад 350/400	Каша вязкая манная 140/170 Бутерброд с маслом 30/10/30/10 Чай с сахаром 180/200 360/410	Каша вязкая пшеничная 140/170 Бутерброд с маслом 30/10/30/10 Кофейный напиток с молоком 180/200 360/410	Каша вязкая пшеничная 140/170 Бутерброд с маслом 30/10/30/10 Чай с сахаром 180/200 360/410	Каша вязкая овсяная 140/170 Бутерброд с маслом 30/10/30/10 Какао с молоком 180/200 360/410	Каша вязкая рисовая 140/170 Бутерброд с маслом 30/10/30/10 Кофейный напиток с молоком 180/200 360/410
2-ой завтрак Ясли/сад 100/100	Сок 100/100 100/100	Фрукт 100/100 100/100	Сок 100/100 100/100	Сок 100/100 100/100	Сок 100/100 100/100
Обед Ясли/сад 450/600	Рассольник «Ленинградский» 150/180 Плов из птицы 160/200 Компот 150/180 Хлеб ржаной 40/50 500/610	Борщ с фасолью и картофелем 150/180 Оладьи из печени 50/70 Картофельное пюре 110/130 Огурцы соленные 30/50 Компот 150/180 Хлеб ржаной 40/50 530/660	Суп куриный с макаронными изделиями 150/180 Овощное рагу 110/130 Курица отварная 50/70 Компот 150/180 Хлеб ржаной 40/50 500/610	Щи из св. капусты с картофелем с курицей 150/180 Гороховое пюре 110/130 Котлеты рубленые из курицы 50/70 Компот 150/180 Хлеб ржаной 40/50 500/610	Суп картофельный с рыбным филе 150/180 Картофель тушеный 110/130 Мясо отварное 50/70 Салат из кв. капусты 30/50 Компот 150/180 Хлеб ржаной 40/50 530/660
Полдник Ясли/сад 200/250	Молоко кипяченое 180/200 Хлеб пшеничный 30/50 210/250	Чай с лимоном 180/200 Бутерброд с джемом 30/10/30/20 220/250	Кисель 180/200 Хлеб пшеничный 30/50 210/250	Чай с сахаром 180/200 Печенье 30/50 210/250	Чай с лимоном 180/200 Булочка российская 60/80 240/280
Ужин Ясли/сад 400/450	Запеканка из творога с повидлом 120/10/130/20 Чай с сахаром 180/200 Фрукт 100/100 410/450	Макаронные отварные 150/170 Кабачковая икра 40/60 Чай с сахаром 180/200 Хлеб пшеничный 20/20 390/450	Оладьи с повидлом 100/20/120/30 Чай с сахаром 180/200 Фрукт 100/100 400/450	Котлета рыбная 50/70 Рис отварной 100/130 Чай с лимоном 180/200 Хлеб пшеничный 30/50 360/450	Суп молочный с макаронными изделиями 150/200 Чай с сахаром 180/200 Хлеб пшеничный 30/50 360/450
1500/1800	1580/1820	1600/1870	1570/1820	1530/1820	1590/1900

Вторая неделя

	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Завтрак Если/сад	Каша вязкая манная 140/170 Бутерброд с маслом 30/10/30/10 Чай с сахаром 180/200	Каша вязкая пшеничная 140/170 Бутерброд с маслом 30/10/30/10 Кофейный напиток с молоком 180/200	Каша вязкая рисовая 140/170 Бутерброд с маслом 30/10/30/10 Чай с сахаром 180/200	Каша вязкая овсяная 140/170 Бутерброд с маслом 30/10/30/10 Какао с молоком 180/200	Каша вязкая пшенная 140/170 Бутерброд с маслом 30/10/30/10 Кофейный напиток с молоком 180/200
350/400	360/410	360/410	360/410	360/410	360/410
2-ой завтрак Если/сад	Сок 100/100	Фрукт 100/100	Фрукт 100/100	Сок 100/100	Сок 100/100
Обед Если/сад	Рассольник «Ленинградский» 150/180 Макароны отварные 110/130 Фрикадельки мясные 50/70 Компот 150/180 Хлеб ржаной 40/50	Щи из св. капусты с картофелем, с курицей 150/180 Оладьи из печени 50/70 Картофель отварной 110/130 Огурец соленый порц. 30/50 Компот 150/180 Хлеб ржаной 40/50	Суп картофельный с бобовыми 150/180 Капуста тушеная с отварным мясом 160/220 Компот 150/180 Хлеб ржаной 40/50	Борщ с мясом 150/180 Плов из птицы 160/200 Огурцы соленые порц 30/50 Компот 150/180 Хлеб ржаной 40/50	Суп картофельный с рыбным филе 150/180 Жаркое по-домашнему 160/200 Салат из кв. капусты 30/50 Компот 150/180 Хлеб ржаной 40/50
450/600	500/610	530/660	500/630	530/660	530/660
Полдник Если/сад	Молоко кипяченое 180/200 Хлеб пшеничный 30/50	Чай с лимоном 180/200 Бутерброд с джемом 30/10/30/20	Кисель 180/200 Печенье 30/50	Ряженка 180/200 Хлеб пшеничный 30/50	Чай с лимоном 180/200 Булочка российская 60/80
200/250	210/250	220/250	210/250	210/250	240/280
Ужин Если/сад	Блинчики со сгущенным молоком 100/20/130/20 Чай с лимоном 180/200 Фрукт 100/100	Омлет натуральный 120/150 Салат из свеклы с зеленым горошком 40/60 Чай с сахаром 180/200 Хлеб пшеничный 20/20	Суфле из рыбы 50/70 Гречка рассыпчатая 110/130 Хлеб пшеничный 30/50 Чай с лимоном 180/200	Макароны отварные с сыром 150/20/170/20 Салат из кукурузы 40/60 Чай с сахаром 180/200	Суп молочный с крупой 150/200 Чай с сахаром 180/200 Хлеб пшеничный 30/50
400/450	400/450	360/430	370/450	390/450	360/450
1500/1800	1570/1820	1570/1850	1540/1840	1590/1870	1590/1900