

**Примерное десятидневное цикличное меню для организации питания
в МКДОУ детский сад №2 «Полянка» г. Малмыжа Кировской области
Возраст детей 1-3 года**

Утверждаю
Заведующий МКДОУ д/с №2 «Полянка»
Г.М. Низамутдинова
Приказ № 58 от 30.08.2024



1-й день		2-й день		3-й день		4-й день		5-й день	
Выход	наименование	выход	наименование	выход	наименование	выход	наименование	выход	наименование
	завтрак		завтрак		завтрак		завтрак		завтрак
120 40	Макаронные изделия Отварные Яйцо отварное	150	Каша молочная ассорти (пшенично- кукурузная)	150	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	Суп молочный с рисом	150	Каша ассорти (пшено+рис) молочная с маслом сливочным
170	Чай	170	Какао с молоком	170	Кофейный напиток с молоком	170	Чай с молоком	170	Какао с молоком
30/5	Хлеб с маслом	30/5	Хлеб с маслом	30/5	Хлеб с маслом	30/5	Хлеб с маслом	30/5	Хлеб с маслом
	2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак
100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый
	обед		обед		обед		обед		обед
40	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом	40	Салат из отварного картофеля с огурцами и растительным маслом	40	Салат из отварной свеклы с черносливом и растительным маслом	40	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом	40	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом
150	Суп картофельный с бобовыми	150	Рассольник со сметаной	150	Суп-лапша на курином бульоне	150	Борщ со сметаной	150	Суп картофельный с макаронными изделиями
150	Мясо говядины, тушеные с овощами	50	Биточки (котлеты) из мяса говядины из говядины	50	Мясо кур отварное (порционное, без кости)	50	Биточки (котлеты) рыбные	50	Мясо кур отварное порционное без кости
		110	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	110	Рис с овощами	110	Картофельное пюре	110	Макаронные изделия отварные
150	Компот из сухофруктов	150	Компот из чернослива и изюма	150	Компот из кураги и изюма	150	Компот из яблок и изюма	150	Компот из сухофруктов
35	Хлеб	35	Хлеб	35	Хлеб	35	Хлеб	35	Хлеб
	полдник		полдник		полдник		полдник		полдник
50	Кондитерское изделие	50	Сдоба	50	Кондитерское изделие	70	Пирожки с повидлом	50	Кондитерское изделие
150	Чай	150	Чай с молоком	150	Напиток из шиповника	130	Чай	150	Чай с лимоном

6-й день		7-й день		8-й день		9-й день		10-день	
выход	наименование	выход	наименование	выход	наименование	выход	наименование	выход	наименование
	завтрак		завтрак		завтрак		завтрак		завтрак
150	Каша гречневая вязкая	150	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	150	Каша кукурузная с маслом сливочным	150	Суп молочный с лапшой	150	Каша рисовая молочная с маслом сливочным
170	Чай	170	Какао с молоком	170	Кофейный напиток с молоком	170	Какао с молоком	170	Кофейный напиток с молоком
30/5	Хлеб с маслом	30/5	Хлеб с маслом	30/5	Хлеб с маслом	30/5	Хлеб с маслом	30/5	Хлеб с маслом
	2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак
100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый
	обед		обед		обед		обед		обед
40	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом	40	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	40	Салат из отварного картофеля с огурцами и растительным маслом	40	Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом	40	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом
150	Суп картофельный со сметаной	150	Суп-лапша на курином бульоне	150	Щи из свежей капусты со сметаной	150	Суп картофельный с рыбой	150	Суп картофельный с крупой
50	Гуляш из мяса говядины	50	Биточки (котлеты) из мяса кур	50	Зразы или рулет из рыбы	50	Тефтели из мяса говядины	150	Рагу из мяса кур
110	Макаронные изделия отварные	110	Капуста тушеная	110	Картофельное пюре	110	Рис с овощами		
150	Компот из чернослива и изюма	150	Компот из кураги и изюма	150	Компот из яблок и изюма	150	Компот из сухофруктов	150	Компот из чернослива и изюма
35	Хлеб	35	Хлеб	35	Хлеб	35	Хлеб	35	Хлеб
	полдник		полдник		полдник		полдник		полдник
50	Кондитерское изделие	70	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом	50	Кондитерское изделие	50	Сдоба обыкновенная	50	Кондитерское изделие
150	• Чай с лимоном	130	Молоко	150	Напиток из шиповника	150	Йогурт	150	Чай с лимоном