

**Примерное десятидневное 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 № 71 от 28.08.2023

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	Макаронные изделия	150	Каша молочная	150	Каша манная	150	Суп молочный с лапшой	150	Каша ассорти (пшено+рис) молочная с маслом сливочным
40	Отварные яйцо отварное		кукурузная)		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
100	2-й завтрак	100	2-й завтрак	100	2-й завтрак	100	2-й завтрак	100	2-й завтрак
	Сок фруктовый		Сок фруктовый		Сок фруктовый		Сок фруктовый		Сок фруктовый
	обед		обед		обед		обед		обед
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 черносливы 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	100	Пудинг из творога
150	чай	150	Чай с молоком	150	Напиток из шиповника	130	Чай	150	Чай с лимоном

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 рисом	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
100	2-й завтрак	100	2-й завтрак	100	2-й завтрак	100	2-й завтрак	100	2-й завтрак
	Сок фруктовый		Сок фруктовый		Сок фруктовый		Сок фруктовый		Сок фруктовый
	обед		обед		обед		обед		обед
150	Суп картофельный со сметаной	150	Суп-лапша на курином бульоне	150	Щи из свежей капусты со сметаной	150	Суп картофельный с крупой	150	Суп картофельный с рыбой
50	Гуляш из мяса говядины	50	Биточки (котлеты) из мяса кур	50	Зразы или рулет из рыбы		Плов из мяса кур	50	Тефтели из мяса говядины
110	Макаронные изделия отварные	110	Капуста тушеная	110	Картофельное пюре	150		110	Макаронные изделия
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	80	Творожная запеканка
150	Чай с лимоном	130	Молоко	150	Напиток из шиповника	150	Йогурт	150	Чай с лимоном