

Основное 10-ти дневное меню  
для детей от 3 до 7- ми лет

Утверждено:  
приказом заведующего МБДОУ  
детского сада №9 г.Павлово  
от 30 августа 2024 года № ОД-40/2

| 1 день                          | 2 день                                         | 3 день                              | 4 день                                  | 5 день                         | 6 день                                         | 7 день                                           | 8 день                          | 9 день                          | 10 день                                        |
|---------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|------------------------------------------------|
| Завтрак                         |                                                |                                     |                                         |                                |                                                |                                                  |                                 |                                 |                                                |
| КАША ПШЕННАЯ 200                | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ 200/30            | КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ 200          | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ 200                | ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 150   | КАША РИСОВАЯ 200                               | СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 200                    | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ 200     | КАША ПШЕННАЯ 200                | КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ 200                      |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 40   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 50                          | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 50             | БУТЕРБРОД С СЫРОМ40                     | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 50          | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 40                  | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 50                            | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 50           | БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40            | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 50                        |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ 200               | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200         | ЧАЙ С МОЛОКОМ 200                       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200 | ЧАЙ С САХАРОМ 200                              | ЧАЙ С МОЛОКОМ 200                                | КАКАО С МОЛОКОМ 200             | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200  | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200                    |
| II Завтрак                      |                                                |                                     |                                         |                                |                                                |                                                  |                                 |                                 |                                                |
| СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ 200         | ГРУША СВЕЖАЯ 100                               | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100                   | ГРУША СВЕЖАЯ 100                        | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200               | СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ 200                        | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100                                | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200                | ГРУША СВЕЖАЯ 100                | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100                              |
| Обед                            |                                                |                                     |                                         |                                |                                                |                                                  |                                 |                                 |                                                |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ 50     | КАПУСТА КВАШЕНАЯ 50                            | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 50                  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50                        | МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ 50            | КАПУСТА КВАШЕНАЯ 50                            | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50                                 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ 50    | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 50              | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО 50 |
| СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ 180       | БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 180 | 180 СУП С МАКАРОННЫМИ И КУРИЦЕЙ 200 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 180 | СУП-РАССОЛЬНИК С МЯСОМ 180     | СУП С КЛЕЦКАМИ И КУРИЦЕЙ 200                   | СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 180                | СУП С РЫБОЙ 180                 | СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ 180         | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ 180               |
| ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ 80             | КОТЛЕТА РЫБНАЯ 70                              | ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70               | РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ 70                     | КОТЛЕТА МЯСНАЯ 70              | АЗУ С МЯСОМ 150                                | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ И СОУСОМ 150/30 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ 70               | РЫБА ОТВАРНАЯ 70                | ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ 200                     |
| СМЕТАННЫЙ СОУС 30               | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150                          | СОУС СМЕТАННЫЙ С ЛУКОМ 40           | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 130                      | КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130            |                                                |                                                  | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ 150 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130 |                                                |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50                                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130      |                                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50                 |                                                |                                                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50                                 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ 50                  | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50                      | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50                          | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 180      | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50                                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50                                   | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180 | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА 180           | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 180                      |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180 |                                                | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ 180          | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА 180                   |                                | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180                            | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА 180                            |                                 |                                 |                                                |
| Полдник                         |                                                |                                     |                                         |                                |                                                |                                                  |                                 |                                 |                                                |
| ПЕЧЕНЬЕ 50                      | ПИРОЖОК С ПЕЧЕНЬЮ 80                           | ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 60/30   | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 70                     | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 70         | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 80/30 | БУЛОЧКА СДОБНАЯ 70                               | ПЕЧЕНЬЕ 50                      | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150           | ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ 150                          |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200            | КЕФИР 2,5% 180                                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200                | КАКАО С МОЛОКОМ 200                     | РЯЖЕНКА 2,5% 180               | КЕФИР 2,5% 180                                 | РЯЖЕНКА 2,5% 180                                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200            | РЯЖЕНКА 2,5% 180                | КАКАО С МОЛОКОМ 200                            |
| Ужин                            |                                                |                                     |                                         |                                |                                                |                                                  |                                 |                                 |                                                |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 50    | КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60                   |                                     | СВЁКЛА ОТВАРНАЯ 60                      | ИКРА КАБАЧКОВАЯ 60             | СУФЛЕ РЫБНОЕ 70                                | КАРУСТА КВАШЕНАЯ 60                              | ИКРА КАБАЧКОВАЯ 60              | ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ 60      | САЛАТ ИЗ СВЁКЛЫ 60                             |
| ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР 70           | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150                          | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 70                   | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 170      | ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ 70      | СОУС СМЕТАННЫЙ 30                              | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ 70                                | ОМЛЕТ С МЯСОМ 170               | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 80       | КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ 70               |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150          |                                                | КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150                 | СОУС СМЕТАННЫЙ 30                       | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130          | КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150                            | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130                     |                                 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 130              | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130                 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40                       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40                                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40                              |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА 180           | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200                    | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200                    | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180                    | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200    | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180                           | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200                      | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА 180           | ЧАЙ С МОЛОКОМ 200               | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180                           |