

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ детский сад № 32
/Стародуб Л.М. /

Приказ №35-ОД от 28.02.2025



**Основное (организованное) 20-ти дневное безмолочное (безлактозное) меню
включающее горячее питание (весеннее)
для детей 3-7 лет**

ПОНЕДЕЛЬНИК 1	ВТОРНИК 2	СРЕДА 3	ЧЕТВЕРГ 4	ПЯТНИЦА 5
Завтрак Каша геркулесовая б/м 200 Чай с лимоном 180 Батон 40 10.00 Фрукты 100 Обед Огурец консервированный 50 Щи из свежей капусты б/м 200 Плов из мяса говядины 200 Компот из с/ф и шиповника 180 Хлеб ржаной 40 15:00 Сок 100 Полдник Каша рисовая / гуляш 130/70 Хлеб пшеничный 30 Чай 180 Вафли 25	Завтрак Каша гречневая б/м 200 Чай 180 Батон 40 10.00 Фрукты 100 Обед Салат из отв.свеклы с р.м... 50 Рассольник 200 Жаркое по-домашнему 200 Кисель 200 Хлеб ржаной 40 15:00 Сок 100 Полдник Макароны отварные 150 Хлеб пшеничный 30 Чай 180 Слоба обыкновенная 60	Завтрак Каша ассорти рис, греча б/м 200 Чай 180 Батон 40 10.00 Фрукты 100 Обед Салат отв.карт.,моркови с р.м. 50 Свекольник 200 Макароны отварные 130 Котлета из говядины 70 Компот из с/ф 180 Хлеб ржаной 40 15:00 Сок 100 Полдник Суп-пюре из картофеля 150 Гренки 30 Чай 180 Печенье 25	Завтрак Каша пшеничная б/м 200 Чай 180 Батон 40 10.00 Фрукты 100 Обед Салат из отв.свеклы и морк. 50 Суп геркулесовый с курой 200 Картофельное пюре б/м 130 Биточки рыбные 70 Компот из с/ф 180 Хлеб ржаной 40 15:00 Сок 100 Полдник Рагу из овощей 150 Хлеб пшеничный 30 Чай 180 Вагрушка с повидлом 60	Завтрак Каша ячневая б/м 200 Чай 180 Батон 40 10.00 Фрукты 100 Обед Кукуруза консервированная 45 Уха рыбацкая 180 Греча с овощами 130 Биточки из мяса курицы 70 Компот из с/ф 180 Хлеб ржаной 40 15:00 Сок 100 Полдник Картофельное пюре б/м 150 Хлеб пшеничный 30 Чай 180 Слоба обыкновенная 60

ПОНЕДЕЛЬНИК 6**Завтрак**

Каша рисовая б/м	180
Чай с лимоном	180
Батон	40

10.00 Фрукты 100

Обед

Огурец консервированный	50
Борщ б/м	200
Картофельное пюре б/м	150
Печень б/м	70
Компот из с/ф и шиповником	180
Хлеб ржаной	40

15:00 Сок 100

Полдник

Каша гречневая б/м	150
Яйцо отварное	40
Хлеб пшеничный	30
Чай	180
Вафли	25

ВТОРНИК 7**Завтрак**

Омлет б/м паровой	150
Чай	200
Батон	50

10.00 Фрукты 100

Обед

Салат из отв.картофеля и моркови с раст.маслом	50
Суп картофельный	200
Тефтели(говядина) с рисом	70
Капуста тушеная	130
Компот из кураги и изюма	180
Хлеб ржаной	40

15:00 Сок 100

Полдник

Макароны отварные	150
Хлеб пшеничный	30
Чай	180
Манник	50

СРЕДА 8**Завтрак**

Каша пшеничная б/м	200
Чай	180
Батон	40

10.00 Фрукты 100

Обед

Салат из припущенной моркови и яблок с р.м.	40
Суп гороховый	180
Шницель из говядины	80
Картофельное пюре б/м	130
Напиток из клюквы	180
Гренки	30

15:00 Сок 100

Полдник

Гарнир овощной сборный	150
Хлеб пшеничный	30
Чай	180
Вагрушка с повидлом	50

СРЕДА 13**Завтрак**

Каша рисовая б/м	200
Чай	180
Батон	40

10.00 Фрукты 100

Обед

Салат из отв.свеклы с р.м.	40
Суп картоф с зелен гор.	180
Макароны отварные	130
Печень по-строгановски	70
Компот из с/ф	180
Хлеб ржаной	40

15:00 Сок 100

Полдник

Пюре розовое б/м	150
Хлеб пшеничный	30
Чай	180
Булочка дорожная	50

ЧЕТВЕРГ 9**Завтрак**

Макароны отварные	180
Чай	180
Батон	40

10.00 Фрукты 100

Обед

Салат из отв.свеклы с чесно.	50
Уха с перловкой	200
Биточки из мяса курицы	70
Греча рассыпчатая	150
Компот из с/ф	200
Хлеб ржаной	40

15:00 Сок 100

Полдник

Суп пюре из овощей	150
Гренки	30
Чай	180
Пряник	50

ЧЕТВЕРГ 14**Завтрак**

Каша гречневая б/м	200
Чай	180
Батон	40

10.00 Фрукты 100

Обед

Кукуруза консервир.	30
Суп лапша с курицей	200
Картофельное пюре б/м	130
Тефтели рыбные с рисом	80
Компот из с/ф	180
Хлеб ржаной	40

15:00 Сок 100

Полдник

Суп из овощей	150
Хлеб пшеничный	30
Чай	180
Сдоба обыкновенная	60

ПЯТНИЦА 10**Завтрак**

Каша пшеничная б/м	200
Чай	180
Батон	40

10.00 Фрукты 100

Обед

Зелёный горошек	30
Суп овощной с курой	200
Биточки рыбные	70
Картофельное пюре б/м	150
Компот из с/ф	180
Хлеб ржаной	40

15:00 Сок 100

Полдник

Макароны отв./яйцо	150/40
Хлеб пшеничный	30
Чай	180
Печенье	25

ПЯТНИЦА 15**Завтрак**

Каша пшеничная б/м	200
Чай	180
Батон	40

10.00 Фрукты 100

Обед

Салат припущенной из мор-	
Кови с раст.маслом	40
Уха рыбацкая	180
Пюре из гороха	130
Биточки из мяса куры	70
Компот из с/ф	180
Хлеб ржаной	40

15:00 Сок 100

Полдник

Омлет б/м /карт.отв	150/75
Хлеб пшеничный	30
Чай	180
Печенье	25

ПОНЕДЕЛЬНИК 11**Завтрак**

Каша геркулесовая б/м	200
Чай с лимоном	180
Батон	40

10.00 Фрукты 100

Обед

Огурец консервированный	50
Свекольник	200
Котлета мясная	70
Картофельное пюре б/м	130
Компот из с/ф и шиповником	180
Хлеб ржаной	40

15:00 Сок 100

Полдник

Каша греча б/м/ яйцо отв.	150/40
Хлеб пшеничный	30
Чай	180
Вафли	25

ПОНЕДЕЛЬНИК 16**Завтрак**

Макаронны отварные 180
 Чай с лимоном 180
 Батон 40

10:00 Фрукты 100

Обед

Огурец консервированный 40
 Суп геркулесовый 200
 Азу 200
 Компот из с/ф и шиповником 180
 Хлеб ржаной 40

15:00 Сок 100

Полдник

Каша рисовая/ яйцо отвар. 130/40
 Хлеб пшеничный 30
 Чай 180
 Вафли 25

ВТОРНИК 17**Завтрак**

Омлет натур б/м 150
 Чай 180
 Батон 50

10:00 Фрукты 100

Обед

Салат из отв. карт., морк., свеклы с сол. огурцом и раст.масл. 50
 Суп гороховый 200
 Капуста тушеная 130
 Тефтели говяжья с рисом 70
 Компот из кураги и изюма 180
 Гренки 30

15:00 Сок 100

Полдник

Каша рисовая б/м 150
 Хлеб пшеничный 30
 Чай 180
 Манник 50

СРЕДА 18**Завтрак**

Каша пшениная б/м 200
 Чай 180
 Батон 40

10:00 Фрукты 100

Обед

Салат из припуц.моркови и яблок с раст.маслом 40
 Борщ б/м 180
 Каша гречневая 150
 Коплета из говядины 70
 Напиток из клюквы 180
 Хлеб ржаной 40

15:00 Сок 100

Полдник

Рагу из овощей 150
 Хлеб пшеничный 30
 Чай 180
 Сдоба обыкновенная 60

ЧЕТВЕРГ 19**Завтрак**

Каша ассорти(рис, греча) б/м 200
 Чай 180
 Батон 40

10:00 Фрукты 100

Обед

Икра кабачковая 40
 Уха с перловкой 200
 Макароны отварные 130
 Биточки из мяса кур 70
 Компот из с/ф 180
 Хлеб ржаной 40

15:00 Сок 100

Полдник

Суп -пюре из картофеля 150
 Гренки 30
 Чай 180
 Плюшка с маком 60

ПЯТНИЦА 20**Завтрак**

Каша ячневая б/м 200
 Чай 180
 Батон 40

10:00 Фрукты 100

Обед

Салат из отв.свеклы с чesn.50
 Суп-лапша с курой 200
 Биточки рыбные 70
 Картофельное пюре б/м 150
 Компот из с/ф 180
 Хлеб ржаной 40

15:00 Сок 100

Полдник

Пюре из гороха 150
 Хлеб пшеничный 30
 Чай 180
 Печенье 25