

Утверждено  
заведующим МАДОУ детский сад № 32  
Л.М.Стародуб  
Приказ № 56-ОД от 13.05.2025

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

<b>ПОНЕДЕЛЬНИК 1</b>	<b>ВТОРНИК 2</b>	<b>СРЕДА 3</b>	<b>ЧЕТВЕРГ 4</b>	<b>ПЯТНИЦА 5</b>
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>
Каша геркулесовая б/м 200 Чай с лимоном 180 Батон 40 <b>10.00</b> Фрукт (яблоко / банан / апельсин) 100	Каша гречневая б/м 200 Чай 180 Батон 40 <b>10.00</b> Фрукт (яблоко / банан / апельсин) 100	Каша ассорти рис, гречка б/м 200 Чай 180 Батон 40 <b>10.00</b> Фрукт (яблоко / банан / апельсин) 100	Каша пшеничная б/м 200 Чай 180 Батон 40 <b>10.00</b> Фрукт (яблоко / банан / апельсин) 100	Каша яичная б/м 200 Чай 180 Батон 40 <b>10.00</b> Фрукт (яблоко / банан / апельсин) 100
<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
Огурец порционный 50 Щи из свежей капусты б/м 200 Плов из мяса говядины 200 Компот из с/ф и шиповника 180 Хлеб ржаной 40 <b>15:00</b> Сок 100	Салат из белокочанной капусты с кукурузой 50 Рассольник 200 Кисель 200 Жаркое по-домашнему 200 Хлеб ржаной 40 <b>15:00</b> Сок 100	Салат из моркови с р.м. 50 Свекольник 200 Капуста тушеная 130 Котлета из говядины 70 Компот из с/ф 180 Хлеб ржаной 40 <b>15:00</b> Сок 100	Салат из помидоров . 50 Суп геркулесовый с курой 200 Картофельное пюре б/м 130 Биточки рыбные 70 Компот из с/ф 180 Хлеб ржаной 40 <b>15:00</b> Сок 100	Салат из отварной свеклы с р.м. 50 Уха рыбакская 180 Гречка с овощами 130 Биточки из мяса куры 70 Компот из с/ф 180 Хлеб ржаной 40 <b>15:00</b> Сок 100
<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>
Каша гречневая рассыпчатая 150 Гуляш из говядины 70 Хлеб пшеничный 30 Чай 180 Вафли 25	Макароны отварные 150 Хлеб пшеничный 30 Чай 180 Сдоба обыкновенная 60	Суп-пюре из картофеля 150 Гренки 30 Чай 180 Печенье 25	Рагу из овощей 150 Хлеб пшеничный 30 Чай 180 Ватрушка с повидлом 60	Макароны с овощами 150 Хлеб пшеничный 30 Чай 180 Сдоба обыкновенная 60
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК 6</b>	<b>ВТОРНИК 7</b>	<b>СРЕДА 8</b>	<b>ЧЕТВЕРГ 9</b>	<b>ПЯТНИЦА 10</b>
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>
Каша рисовая б/м 180 Чай с лимоном 180 Батон 40 <b>10.00</b> Фрукт (яблоко / банан / апельсин) 100	Каша яичная б/м 200 Чай 200 Батон 50 <b>10.00</b> Фрукт (яблоко / банан / апельсин) 100	Каша пшеничная б/м 200 Чай 180 Батон 40 <b>10.00</b> Фрукт (яблоко / банан / апельсин) 100	Макароны отварные 180 Чай 180 Батон 40 <b>10.00</b> Фрукт (яблоко / банан / апельсин) 100	Каша пшеничная б/м 200 Чай 180 Батон 40 <b>10.00</b> Фрукт (яблоко / банан / апельсин) 100

<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
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 <b>15:00 Сок</b> 100	Салат из огурцов с раст.масл. 50 Суп картофельный 200 Тефтели(говядина) с рисом 70 Капуста тушеная 130 Компот из кураги и изюма 180 Хлеб ржаной 40 <b>15:00 Сок</b> 100	Салат из белокач.капусты с помидорами раст масл. 50 Суп гороховый 180 Шницель из говядины 80 Макароны отварные 130 Напиток из клюквы 180 Гренки 30 <b>15:00 Сок</b> 100	Салат из помидоров и огурцов с зеленью и раст.масл. 50 Уха с перловкой 200 Биточки мяса курицы 70 Гречка рассыпчатая 130 Компот из с/ф 200 Хлеб ржаной 40 <b>15:00 Сок</b> 100	Злёный горошек 30 Суп овощной с курой 200 Биточки рыбные 70 Картофельное пюре б/м 150 Компот из с/ф 180 Хлеб ржаной 40 <b>15:00 Сок</b> 100
<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>
Каша гречневая б/м 150 Яйцо отварное 40 Хлеб пшеничный 30 Чай 180 Вафли 25	Омлет б/м паровой 150 Хлеб пшеничный 30 Чай 180 Манник 50	Гарнир овощной сборный 150 Хлеб пшеничный 30 Чай 180 Ватрушка с повидлом 50	Суп пюре из овощей 150 Гренки 30 Чай 180 Пряник 50	Макароны отв./яйцо 150/40 Хлеб пшеничный 30 Чай 180 Печенье 25
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК 11</b>	<b>ВТОРНИК 12</b>	<b>СРЕДА 13</b>	<b>ЧЕТВЕРГ 14</b>	<b>ПЯТНИЦА 15</b>
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>
Каша геркулесовая б/м 200 Чай с лимоном 180 Батон 40 <b>10.00</b> Фрукт (яблоко / банан / апельсин) 100	Каша рисовая рассыпчатая б/м 200 Чай 180 Батон 40 <b>10.00</b> Фрукт (яблоко / банан / апельсин) 100	Каша яичная я б/м 200 Чай 180 Батон 40 <b>10.00</b> Фрукт (яблоко / банан / апельсин) 100	Каша гречневая б/м 200 Чай 180 Батон 40 <b>10.00</b> Фрукт (яблоко / банан / апельсин) 100	Каша пшеничная б/м 200 Чай 180 Батон 40 <b>10.00</b> Фрукт (яблоко / банан / апельсин) 100
<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
Огурец консервированный 50 Свекольник 200 Котлета мясная 70 Каша гречневая рассыпчатая 130 Компот из с/ф и шиповником 180 Хлеб ржаной 40 <b>15:00 Сок</b> 100	Салат из картоф. с зел горох. 50 Рассольник с крупой 180 Бигус с мясом (индейка) 230 Кисель 200 Хлеб ржаной 40 <b>15:00 Сок</b> 100	Салат из огурцов с р.м. 50 Суп картоф с зелен гор. 180 Макароны отварные 130 Печень по-строгановски 70 Компот из с/ф 180 Хлеб ржаной 40 <b>15:00 Сок</b> 100	Салат из белокач.капусты с кукурузой с раст маслом 50 Суп лапша с курицей 200 Картофельное пюре б/м 130 Тефтели рыбные с рисом 80 Компот из с/ф 180 Хлеб ржаной 40 <b>15:00 Сок</b> 100	Помидор порционный 50 Уха рыбацикая 180 Пюре из гороха 130 Биточки из мяса куры 70 Компот из с/ф 180 Хлеб ржаной 40 <b>15:00 Сок</b> 100
<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>
Макароны отварные 150 Яйцо отварное 40 Хлеб пшеничный 30 Чай 180 Вафли 25	Рыба с овощами в омлете б/м 150 Хлеб пшеничный 30 Чай 180 Печенье 25	Картофель отварной 150 Хлеб пшеничный 30 Чай 180 Булочка дорожная 50	Суп из овощней 150 Гренки 30 Чай 180 Сдоба обыкновенная 60	Омлет б/м /карт.отв 150/75 Хлеб пшеничный 30 Чай 180 Печенье 25

<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 16</u>	<u>ВТОРНИК 17</u>	<u>СРЕДА 18</u>	<u>ЧЕТВЕРГ 19</u>	<u>ПЯТНИЦА 20</u>
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>
<u>Макароны отварные</u> 180	<u>Омлет натур б/м</u> 150	<u>Каша пшенная б/м</u> 200	<u>Каша ассорти(рис,гречка)</u> б/м 200	<u>Каша ячневая б/м</u> 200
<u>Чай с лимоном</u> 180	<u>Чай</u> 180	<u>Чай</u> 180	<u>Чай</u> 180	<u>Чай</u> 180
<u>Батон</u> 40	<u>Батон</u> 50	<u>Батон</u> 40	<u>Батон</u> 40	<u>Батон</u> 40
<u>10.00 Фрукт (яблоко / банан / апельсин)</u> 100	<u>10.00 Фрукт (яблоко / банан / апельсин)</u> 100	<u>10.00 Фрукт (яблоко / банан / апельсин)</u> 100	<u>10.00 Фрукт (яблоко / банан / апельсин)</u> 100	<u>10.00 Фрукт (яблоко / банан / апельсин)</u> 100
<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
<u>Салат из моркови с раст.масл</u> 50	<u>Салат из отварной свеклы с р.м.</u> 50	<u>Салат из огурцов и помидоров с раст масл</u> .50	<u>Салат из белокач.капусты с луком из зеленью и р.м.</u> 50	<u>Салат из отв.свеклы с чесн.</u> 50
<u>Суп геркулесовый</u> 200	<u>Суп гороховый</u> 200	<u>Борщ б/м</u> 180	<u>Уха с перловкой</u> 200	<u>Суп-лапша с курой</u> 200
<u>Азу с говядиной</u> 200	<u>Капуста тушеная</u> 130	<u>Каша гречневая</u> 150	<u>Макароны отварные</u> 130	<u>Биточки рыбные</u> 70
<u>Компот из с/ф и шиповником</u> 180	<u>Тефтели говядина с рисом</u> 70	<u>Котлета из говядины</u> 70	<u>Биточки из мяса кур</u> 70	<u>Картофельное пюре б/м</u> 150
<u>Хлеб ржаной</u> 40	<u>Компот из кураги и изюма</u> 180	<u>Напиток из клюквы</u> 180	<u>Компот из с/ф</u> 180	<u>Хлеб ржаной</u> 40
<u>15:00 Сок</u> 100	<u>15:00 Сок</u> 100	<u>Хлеб ржаной</u> 40	<u>Хлеб ржаной</u> 40	<u>15:00 Сок</u> 100
<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>
<u>Каша рисовая/ яйцо отвар.</u> 130/40	<u>Каша пшеничная б/м</u> 150	<u>Рагу из овощей</u> 150	<u>Суп -пюре из картофеля</u> 150	<u>Каша гречневая рассыпчатая с овощами</u> 150
<u>Хлеб пшеничный</u> 30	<u>Хлеб пшеничный</u> 30	<u>Хлеб пшеничный</u> 30	<u>Гренки</u> 30	<u>Хлеб пшеничный</u> 30
<u>Чай</u> 180	<u>Чай</u> 180	<u>Чай</u> 180	<u>Чай</u> 180	<u>Чай</u> 180
<u>Вафли</u> 25	<u>Манник</u> 50	<u>Сдоба обыкновенная</u> 60	<u>Плюшка с маком</u> 60	<u>Печенье</u> 25

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849390

Владелец Стародуб Людмила Михайловна

Действителен С 30.08.2025 по 30.08.2026