



Приложение №2  
к приказу №61/п от 01.06.2024г  
Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ «Детский сад  
№ 113» Григорьева Н.М.

## Примерное цикличное меню для питания детей с 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения с 12- ти часовым пребыванием

### I неделя

День 1	День 2	День 3	День 4	День 5
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша манная молочная - 203 Кофейный напиток с молоком - 180 Хлеб пшеничный. с маслом - 30/4	Каша пшеничная молочная- 203 Какао с молоком-180 Хлеб пшеничный с маслом, сыром-30/4/10	Каша пшеничная молочная -203 Кофейный напиток с молоком-180 Хлеб пшеничный с маслом- 30/4	Каша нежность (греча, геркулес) молочная- 203 Чай с сахаром-180 Хлеб пшеничный с маслом- 30/4	Яйцо-40 Каша рисовая молочная-203 Какао с молоком-180 Хлеб пшеничный с маслом-30/4
<b>2 завтрак</b> Сок - 100 <b>Обед</b> Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне -200 Плов из свинины – 205 Компот из свежих яблок-180 Хлеб ржаной-40	<b>2 завтрак</b> Фрукт-100 <b>Обед</b> Суп картофельный с крупой с мясом -213 Котлета рубленая из птицы-80 Капуста тушеная-130 Компот из сухофруктов-180 Хлеб ржаной-40	<b>2 завтрак</b> Сок - 100 <b>Обед</b> Свекла вареная-50 Суп картофельный с рыбой- 220 Голубцы ленивые с соусом- 230 Напиток лимонный-180 Хлеб ржаной-40	<b>2 завтрак</b> Сок - 100 <b>Обед</b> Салат из белокочанной капусты-50 Фарш с картофелем с мясом птицы-211 Печень по-строгановски- 70 Пюре картофельное-130 Компот из шиповника-180 Хлеб ржаной-40	<b>2 завтрак</b> Сок-100 <b>Обед</b> Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне-200 Рагу овощное с мясом-150 Компот из сухофруктов-180 Хлеб ржаной-40
<b>Уплотненный полдник</b> Салат из зеленого горошка- 60 Омлет-120 Булочка-60 Чай-180	<b>Уплотненный полдник</b> Огурцы консервированные без уксуса (порциями)-50 Шницель рыбный натуральный-80 Картофель отварной-134 Чай-180 Хлеб пшеничный-25 Печенье-20	<b>Уплотненный полдник</b> Салат из кукурузы консервированной-50 Запеканка из творога со сгущенным молоком-150/30 Чай -180 Фрукт -100	<b>Уплотненный полдник</b> Салат из свежей моркови-50 Блины с джемом-120/30 Чай-180 Фрукт-100	<b>Уплотненный полдник</b> Икра кабачковая-50 Макароны отварные с сыром- 150/18 Чай-180 Хлеб пшеничный-20 Мармелад-10

## III неделя

День 1		День 2		День 3		День 4		День 5	
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Яйцо-40 Каша геркулесовая молочная-203 Какао с молоком-180 Хлеб пшеничный с маслом-30/4	Каша Дружба (рис, пшено) молочная-203 Кофейный напиток с молоком-180 Хлеб пшеничный с маслом, сыром-30/4/10	Каша пшеничная молочная -203 Чай с сахаром-180 Хлеб пшеничный с маслом-30/4	Каша манная молочная-203 Кофейный напиток с молоком-180 Хлеб пшеничный с маслом-30/4	Каша кукурузная молочная-203 Какао с молоком-180 Хлеб пшеничный с маслом, сыром-30/4/10	2 завтрак Сок-100	2 завтрак Сок-100	2 завтрак Фрукт-100	2 завтрак Сок-100	2 завтрак Сок-100
<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>	
Салат из свеклы-50 Суп из овощей на мясном бульоне -200 Гуляш из отварного мяса-80 Каша гречневая рассыпчатая-100 Компот из свежих яблок-180 Хлеб ржаной-40	Икра кабачковая-50 Борщ с картофелем с мясом птицы-211 Суфле из печени-80 Макаронны отварные-124 Компот из сухофруктов-180 Хлеб ржаной-40	Салат из белокочанной капусты-50 Суп картофельный с рыбой-220 Тефтели мясные Каша перловая рассыпчатая-100 Напиток лимонный-180 Хлеб ржаной-40	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне -200 Капуста тушеная с мясом-170 Компот из изюма-180 Хлеб ржаной-40	Рассольник ленинградский на бульоне из птицы-200 Птица, тушеная в соусе с овощами-230 Компот из сухофруктов-180 Хлеб ржаной-40	<b>Уплотненный полдник</b>				
<b>Уплотненный полдник</b>		<b>Уплотненный полдник</b>		<b>Уплотненный полдник</b>		<b>Уплотненный полдник</b>		<b>Уплотненный полдник</b>	
Шницель рыбный натуральный-80 Пюре картофельное-134 Чай-180 Хлеб пшеничный-25 Мармелад-10	Салат из кукурузы консервированной-60 Сырники из творога с джемом -120/30 Чай-180 Фрукт - 100	Салат из зеленого горошка-60 Омлет-120 Булочка-60 Кисель из джема-180 Фрукт-100	Винегрет овощной-60 Рыба, запеченная в омлете-80 Картофель отварной -130 Чай-180 Хлеб пшеничный-25 Мармелад-10	Салат из свежей моркови-50 Пудинг из творога с яблоками со стуженым молоком-120/30 Чай-180 Фрукт-100	<b>Уплотненный полдник</b>				