

УТВЕРЖДЕНО  
 Приказом заведующего МБДОУ «Д/с № 5  
 «Радуга» г. Шумерля ЧР  
 А.Н. Ботмановой  
 № 50 от 24 марта 2021

**ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ  
 ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ВОЗРАСТОМ 1- 3 года  
 ДЛЯ НУЖД МБДОУ «Д/с № 5 «Радуга» г. Шумерля ЧР**

1 день	2 день	Здень	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>Завтрак</b>									
Бутерброд с сыром 30	Бутерброд с маслом 30	Бутерброд с маслом и сыром 30	Бутерброд с джемом 30	Бутерброд с маслом 30	Бутерброд с маслом и сыром 30	Бутерброд с сыром (2 вариант) 30	Бутерброд с маслом 30	Бутерброд с маслом и сыром 30	Бутерброд с джемом 30
Яйцо вареное 20	Пудинг творожно-манный 130	Каша овсяная молочная 130	Омлет с картофелем и сосисками 130	Каша рисовая молочная с изюмом 130	Каша гречневая молочная 130	Вареники ленивые 130	Каша манная жидкая 130	Пудинг рисовый 130	Запеканка из творога с морковью 140
Каша «дружба» молочная 130	Чай с сахаром 180	Какао с молоком 180	Чай с молоком (2 вариант) 180	Чай с лимоном 180	Какао с молоком 180	Чай с сахаром 180	Кофейный напиток с молоком 180	Чай с молоком 180	Чай с лимоном 180
Кофейный напиток с молоком 180	Хлеб пшеничный 15	Хлеб пшеничный 15		Хлеб пшеничный 15	Хлеб пшеничный 15		Хлеб пшеничный 15		
Хлеб пшеничный 15									
<b>II Завтрак</b>									
Кисло-молочный напиток 180	Фрукт 100	Кисло-молочный напиток 180	Фрукт 100	Кисло-молочный напиток 180	Кисло-молочный напиток 180	Фрукт 100	Фрукт 100	Фрукт 100	Молоко кипяченое 180
<b>Обед</b>									
Огурец свежий 40	Салат из свеклы отварной 40	Помидор свежий 40	Салат из моркови 40	Огурец свежий 40	Овощи натуральные свежие 40	Капуста квашенная 40	Помидор свежий 40	Горошек зеленый 40	Салат из белокочанной капусты 40
Суп с фрикадельками 150	Суп картофельный с бобовыми 150	Суп с клецками 150	Борщ со свежей капустой 150	Суп картофельный с макаронными изделиями 150	Суп крестьянский со сметаной 150	Свекольник 150	Щи из свежей капусты с картофелем 150	Суп картофельный с рыбой 150	Суп с крупой 150

Рыба, запеченная в омлете 60	Котлеты рубленые из птицы 60	Запеканка картофельная с мясом и соусом 160	Печень, тушенная в соусе 60	Котлета мясная 60	Плов из отварной птицы 160	Котлета рыбная 60	Запеканка рисовая с мясом и соусом 160	Гуляш из отварной печени 60	Мясо тушенное с овощами в соусе 160
Соус молочный (для подачи к блюду) №326 30	Соус белый основной №347 30	Компот из свежих ягод и фруктов 180	Рагу овощное 120	Капуста тушенная 120	Напиток из плодов шиповника 180	Пюре картофельное 110	Кисель из свежих ягод и фруктов 180	Овощи в молочном соусе 120	Компот из свежих ягод и фруктов 180
Пюре картофельное 110	Макаронные изделия отварные 110	Хлеб ржаной 30	Напиток из ягод 180	Кисель из свежих ягод и фруктов 180	Хлеб ржаной 30	Компот из свежих ягод и фруктов 180	Хлеб ржаной 30	Компот из свежих ягод и фруктов 180	Хлеб пшеничный 15
Кисель из свежих ягод и фруктов 180	Компот из смеси сухофруктов 180		Хлеб пшеничный 15	Хлеб ржаной 30		Хлеб пшеничный 15		Хлеб пшеничный 15	Хлеб ржаной 15
Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30		Хлеб ржаной 15			Хлеб ржаной 15		Хлеб ржаной 15	
<b>Полдник</b>									
Биточки паровые 60	Пудинг овощной с печенью 170	Рыба припущенная 50	Салат из белокочанной капусты 40	Биточки рыбные 60	Печень по домашнему 60	Фрикадельки мясные в соусе 60	Рыба запеченная с овощами 170	Рагу с мясом 170	Биточки рыбные 60
Запеканка овощная 120	Соус молочный (для подачи к блюду) №326 35	Овощи припущенные в сметанном соусе 120	Гуляш 60	Картофель отварной в молоке 120	Макаронник 110	Запеканка овощная 120	Соус молочный (для подачи к блюду) №326 35	Кисло – молочный напиток 180	Капуста тушенная 120
Сок 170	Кисло – молочный напиток 180	Сок 170	Пюре картофельное 110	Яйцо вареное 40	Сок 170	Соус белый основной №347 25	Кисло – молочный напиток 180	Хлеб ржаной 15	Яйцо вареное 40
Хлеб ржаной 15	Хлеб ржаной 15	Хлеб ржаной 15	Молоко кипяченое 180	Сок 170	Хлеб пшеничный 15	Молоко кипяченое 180	Хлеб ржаной 15	Вафли 20	Сок 170
Ватрушка с творогом 60	Вафли 20	Пирожок с творогом 65	Хлеб ржаной 15	Хлеб ржаной 15	Зразы из творога с изюмом 130	Хлеб пшеничный 15	Ватрушка с творогом 65		Хлеб ржаной 15
			Печенье 15	Булочка с повидлом обсыпная 60		Зефир 20			Печенье 15