

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад «Ирс»
с. Стерч-Керч
_____ Р.Р. Эльтаева
« ____ » _____ 2025г

для детей от 1 до 3-х лет и от 3-х до 7 лет

№	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Дата										
Завтрак 1	Каша перловая молочная 150/200 Какао на молоке 150/180 Хлеб пшеничный с маслом 20-5/27-5	Каша «Дружба» молочная 150/200 Какао на молоке 150/180 Хлеб пшеничный с маслом 20-5/27-5	Каша рисовая молочная 150/200 Какао на молоке 150/180 Хлеб пшеничный с маслом 20-5/27-5	Каша пшенная молочная 150/200 Чай с сахаром 150/180 Хлеб пшеничный с маслом 20-5/27-5	Каша манная молочная 150/200 Какао на молоке 150/180 Хлеб пшеничный с маслом20-5/27-5)	Каша пшеничная молочная 150/200 Чай с сахаром150/180 Хлеб пшеничный с маслом20-5/27-5	Каша «Дружба» молочная150/200 Какао на молоке 150/180 Хлеб пшеничный с маслом20-5/27-5	Суп молочный с вермишелью 150/200 Чай с сахаром и молоком150/180 Хлеб пшеничный 20/27	Каша рисовая молочная 150/200 Какао на молоке 150/180 Хлеб пшеничный с маслом 20-5/27-5	Каша манная молочная 150/200 Какао на молоке 150/180 Хлеб пшеничный с маслом 20-5/27-5
Завтрак 2	Яблоко (110/110)	(Кефир 150 \180)	(Замена) Хлеб с джемом (25/5)	(Замена) Печенье25/30	(Груша 110 \110)	(Замена) Хлеб с джемом (25/5)	(Кефир 150 \180)	(Йогурт 150 \180)	(Яблоко 110\110)	(Замена) Хлеб с джемом (25/5)
Обед	Суп картофельный 200/250 Гуляш из отварного мяса в соусе85/100 Рис отварной 150/150 Салат из свежей капусты и зеленого горошка30/40 Компот160/180 Хлеб20/27	Суп гороховый 200/250 Кура отварная с овощами в соусе томатном 60/100 Пюре картофельное 110/150 Салат винегрет 25/50 Компот160/180 Хлеб20/27	Щи из свежей капусты 200/250 Котлета мясная70/80 Макароны отварные 110/150 Салат из капусты35/35 Компот160/180 Хлеб20/27	Свекольник 200/250 Картофельное пюре с курицей 180/200 Салат из свежей капусты40/50 Компот160/180 Хлеб20/27	Рассольник 200/250 Тефтели мясные в соусе томатном80/80 Гречка отварная130/150 Салат из моркови 45/50 Компот160/180 Хлеб20/27	Суп картофельный с вермишелью 200/250 Плов с курицей170/180 Салат из свежей капусты и зеленого горошка30/40 Компот160/180 Хлеб20/27	Суп с фасолью200/250 Кура отварная с овощами в соусе томатном60/100 Пюре картофельное 110/150 Салат из свежей капусты40/50 Компот160/180 Хлеб20/27	Борщ на м/б 200/250 Гуляш из отварного мяса в соусе85/100 Каша гречневая 110/150 Салат из винегрет35/35 Компот150/180 Хлеб20/27	Щи из свежей капусты 200/250 Котлета мясная70/80 Макароны отварные 130/150 салат из свежей капусты 45/50 Компот150/180 Хлеб20/27	Суп на к/б с вермишелью 200/250 Плов с курицей170/180 Салат винегрет40/45 Компот150/180 Хлеб20/27
Уплотненный полдник	Суп молочный с гречкой 200/250 Хлеб20/27 Вафли25/30 Чай с сахаром 150/180	Суп молочный с вермишелью 200/250 Хлеб20/27 Йогурт150/180	Суп молочный с гречкой 200/250 Хлеб20/27 Печенье25/30 Чай 150/180 Сметана 5 \5	Суп молочный с рисом 200/250 Хлеб20/27 Блинчики с творогом 25-5/30-5 Чай150/180	Суп молочный с вермишелью 200/250 Хлеб20/27 Вафли25/30 Чай с сахаром 150/180	Суп молочный с гречкой 200/250 Хлеб20/27 Блинчики 25/30 Сметана 5 \5 Чай с сахаром 150/180	Суп молочный с вермишелью 200/250 Хлеб20/27 Печенье25/30 Чай с сахаром150/180	Каша кукурузная молочная 150/200 Блинчики с творогом 20-5/27-5 Чай150/180	Суп молочный с гречкой 200/250 Хлеб20/27 Йогурт150/180	Суп молочный с рисом 200/250 Хлеб20/27 Блинчики25/30 Сметана 5\5 Чай с сахаром 150/180

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад «Ирс»
с. Стерч-Керч
_____ Р.Р.Эльтаева
« ____ » _____ 2025г

Перспективное меню на 10 дней для детей от 1 до 3-х лет и от 3-х до 7 лет

№	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Дата										
Завтрак 1 Завтрак 2	Каша манная молочная 150/200 Какао на молоке 150/180 Хлеб пшеничный с маслом 20-5/27-5 Ряженка 180 /180	Каша «Дружба» молочная 150/200 Какао на молоке 150/180 Хлеб пшеничный с маслом 20-5/27-5 Кефир 150-180	Каша рисовая молочная 150/200 Какао на молоке 150/180 Хлеб пшеничный с маслом 20-5/27-5	Каша пшенная молочная 150/200 Чай с сахаром 150/180 Хлеб пшеничный с маслом 20-5/27-5 Йогурт 150- 180	Каша манная молочная 150/200 Какао на молоке 150/180 Хлеб пшеничный с маслом20-5/27-5 Ряженка 180/180	Каша пшенная молочная 150/200 Чай с сахаром150/180 Хлеб пшеничный с маслом20-5/27-5	Каша «Дружба» молочная150/200 Какао на молоке 150/180 Хлеб пшеничный с маслом20-5/27-5 Кефир 150-180	Суп молочный с вермишелью 150/200 Чай с сахаром и молоком150/180 Хлеб пшеничный 20/27 Йогурт 150/180	Каша рисовая молочная 150/200 Какао на молоке 150/180 Хлеб пшеничный с маслом 20-5/27-5 Ряженка 180/180	Каша манная молочная 150/200 Какао на молоке 150/180 Хлеб пшеничный с маслом 20-5/27-5
Обед	Суп картофельный 200/250 Гуляш из отварного мяса в соусе85/100 Рис отварной 150/150 Салат из свежей капусты и зеленого горошка30/40 Компот160/180 Хлеб20/27	Суп гороховый 200/250 Кура отварная с овощами в соусе томатном 60/100 Пюре картофельное 110/150 Салат винегрет 25/50 Компот160/180 Хлеб20/27	Щи из свежей капусты 200/250 Котлета мясная70/80 Макароны отварные 110/150 Салат из свежей капусты40/50 Компот160/180 Хлеб20/27	Свекольник 200/250 Картофельное пюре с курицей 180/200 Салат из свежей капусты40/50 Компот160/180 Хлеб20/27	Рассольник 200/250 Тефтели мясные в соусе томатном80/80 Гречка отварная130/150 Салат «Рыжик» из моркови и кукурузы45/50 Компот160/180 Хлеб20/27	Суп картофельный с вермишелью 200/250 Плов с мясом170/180 Салат из свежей капусты и зеленого горошка30/40 Компот160/180 Хлеб20/27	Суп с фасолью200/250 Кура отварная с овощами в соусе томатном60/100 Пюре картофельное 110/150 Салат из свежей капусты40/50 Компот160/180 Хлеб20/27	Борщ на м/б 200/250 Гуляш из отварного мяса в соусе85/100 Каша гречневая 110/150 Салат из моркови35/35 Компот150/180 Хлеб20/27	Щи из свежей капусты 200/250 Котлета мясная70/80 Макароны отварные 130/150 «Рыжик» из моркови и кукурузы45/50 Компот150/180 Хлеб20/27	Суп на к/б с вермишелью 200/250 Плов с мясом170/180 Салат винегрет40/45 Компот150/180 Хлеб20/27
Полдник	Вафли50/50Чай с сахаром 150/200	Йогурт150/180	Печенье45/50 Кисель150200 Сметана 5 \5	Блинчики с творогом 25-5/30-5 Чай150/180	Вафли25/30 Чай с сахаром 150/180	Оладьи со сметаной 25- 5/30-5 Чай с сахаром 150/180	Печенье25/30 Кисель150/180	Хлеб с джемом 20-5/27-5 Чай150/180	Йогурт150/180	Оладьи со сметаной 25- 5/30-5 Чай с сахаром 150/180
Ужин	Суп молочный с гречкой 200/250 Хлеб20/27	Суп молочный с вермишелью 200/250 Хлеб20/27	Суп молочный с гречкой 200/250 Хлеб20/27	Суп молочный с рисом 200/250 Хлеб20/27	Суп молочный с вермишелью 200/250 Хлеб20/27	Суп молочный с гречкой 200/250 Хлеб20/27	Суп молочный с вермишелью 200/250 Хлеб20/27	Каша рисовая молочная150/200	Суп молочный с гречкой 200/250 Хлеб20/27	Суп молочный с рисом 200/250 Хлеб20/27