

СОГЛАСОВАНО:
ТО УРПН
Роспотребнадзора
по Ленинградской области
в Кингисеппском, Волосовском
и Сланцевском районах



УТВЕРЖДЕНО:
приказом от 01.03.2024 г № 56
МБДОУ № 12 г.Кингисеппа

ПРИМЕРНОЕ ПЯТНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ с 3 года до 7 лет

МБДОУ №12 г. Кингисеппа

«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей»

1 неделя

		Выход порции		
ПОНЕДЕЛЬНИК	День 1	завтрак	Молочная каша жидкая геркулесовая Кофейный напиток Батон нарезной с маслом (порциями)	200 180 40/5
		Обед	Щи из свежей капусты с курой со сметаной кнели куриные с картофельным пюре и подливой компот из с/ф Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	200 60/150/30 180 40
		1 полдник	сок	100
	Усиленный полдник	Твороженный пудинг со сладкой подливой Чай с сахаром Батон нарезной обогащенный	150 180 40	
	ВТОРНИК	День 2	завтрак	Молочная каша жидкая пшеничная Чай с сахаром Батон нарезной обогащенный Сыр (порциями)
обед			Помидор свежий Борщ с курой бефстроганов из печени греча компот из свежих яблок Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30 200 80 150 180 40
1 полдник			бананы	100/20
Усиленный полдник			Оладьи со сгущенкой Какао с молоком	150/20 180

СРЕДА День 3	завтрак	Каша молочная жидкая ассорти Чай с сахаром Батон нарезной обогащенный масло (порциями)	200 180 40 5
	Обед	Огурец соленый Суп с зеленым горошком с курой со сметаной котлеты рубленые мясные рис с маслом подлива компот из с/ф витаминизированный Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30 200 60 150 30 180 40
	1 полдник	апельсин	100
	Усиленный полдник	Рагу овощное Чай с сахаром Батон нарезной	200 180 40
ЧЕТВЕРГ День 4	завтрак	Каша молочная жидкая манная Чай с сахаром Батон нарезной обогащенный Сыр (порциями)	200 180 40 10
	обед	харчо с курой Рыбные биточки Картофельное пюре с подливой Компот яблочный витаминизированный Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	200 80 150/30 180 40
	1 полдник	Ряженка	100
	Усиленный полдник	Омлет Помидор свежий Чай с сахаром Батон нарезной обогащенный	160 30 180 40
ПЯТНИЦА День 5	завтрак	Молочная каша жидкая пшеничная Кофейный напиток Батон нарезной обогащенный с маслом (порциями)	200 180 40/5
	обед	Суп рыбный со сметаной Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов витаминизированный Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	200 200 180 40
	1 полдник	сок	100
	Усиленный полдник	Макароны отварные Яйцо вареное Чай с сахаром батон	150 180 40

СОГЛАСОВАНО:
 ТО УРПН
 Роспотребнадзора
 по Ленинградской области
 в Кингисеппском, Волосовском
 и Сланцевском районах



УТВЕРЖДЕНО:
 приказом от 01.03.2024 г № 56
 МБДОУ № 12 г.Кингисеппа

ПРИМЕРНОЕ ПЯТНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ с 3 года до 7 лет

МБДОУ №12 г. Кингисеппа

«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей»

2 неделя

		Выход порции		
ПОНЕДЕЛЬНИК	День 6	завтрак	Молочная каша жидкая рисовая Чай с сахаром Батон нарезной с маслом (порциями)	200 180 40/5
		обед	Суп гороховый с курой тефтели мясные подлива картофельное пюре Компот из сухофруктов витаминизированный Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	200 50 30 150 180 40
		1 полдник	кефир	100
	Усиленный полдник	Запеканка творожено-морковная со сгущенкой Чай с сахаром Батон нарезной обогащенный	150/30 180 40	
	ВТОРНИК	День 7	завтрак	Каша молочная жидкая ячневая Кофейный напиток Батон нарезной обогащенный Сыр (порциями)
обед			Щи из квашенной капусты с курой со сметаной рулет мясной с луком, яйцом свекла тушенная в соусе компот яблочный Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	200 70 150 180 40
1 полдник			фрукты	100
Усиленный полдник			Яйцо отварное сельдь пюре Чай с сахаром Батон нарезной обогащенный	50 150 180 80

СРЕДА День 8	завтрак	Каша молочная геркулесовая чай с сахаром Батон нарезной обогащенный с маслом (порциями)	200 180 40/5
	обед	Рассольник «Ленинградский» с курой со сметаной голубцы ленивые со сметаной Компот из сухофруктов витаминизированный Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	200 200 180 40
	1 полдник	Ряженка, зефир	100
	Усиленный полдник	Вермишель молочная Ватрушка с повидлом какао с молоком	200 70 180
ЧЕТВЕРГ День 9	завтрак	Молочная каша жидкая манная Кофейный напиток Батон нарезной обогащенный сыр (порциями)	200 180 40 10
	обед	Огурец свежий Суп полевой с курой Рыба под маринадом Картофельное пюре Компот из яблок витаминизированный Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40 200 80 150 180 40
	1 полдник	яблоко	100
	Усиленный полдник	Греча заливная молоком Чай с сахаром Батон нарезной обогащенный	200 180 40
ПЯТНИЦА День 10	завтрак	Каша молочная жидкая геркулесово-гречневая Чай с сахаром Батон нарезной обогащенный с маслом (порция)	200 180 40/5
	обед	Салат «Свеколка» Рыбная солянка сметаной Макароны, гуляш Компот из сухофруктов витаминизированный Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50 200 200 180 40
	1 полдник	сок	100
	Усиленный полдник	омлет Чай с сахаром Батон нарезной обогащенный	180 180 40

СОГЛАСОВАНО:
ТО УРПН
Роспотребнадзора
по Ленинградской области
в Кингисеппском, Волосовском
и Сланцевском районах



УТВЕРЖДЕНО:
приказом от 01.03.2024 г № 56
МБДОУ № 12 г.Кингисеппа

ПРИМЕРНОЕ ПЯТНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ с 3 года до 7 лет
МБДОУ №12 г. Кингисеппа

«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей»

3 неделя

			Выход порции
	ПОНЕДЕЛЬНИК День 11	завтрак	Каша молочная «Дружба» Чай с сахаром Батон нарезной с маслом (порциями)
обед		Суп с фасолью с курой Азу по-татарски Компот из с/ф Хлеб ржано-пшеничный	200 200 180 40
1 полдник		Сок	100
Усиленный полдник		Оладьи со сгущенкой Какао с молоком	120/20 180
завтрак		Каша молочная рисовая Кофейный напиток Батон нарезной Сыр (порциями)	200 180 40 10
ВТОРНИК День 12	обед	Суп с макаронными изделиями с курой Котлета мясная со сложным гарниром Компот из сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный	200 60/150 180 40
	1 полдник	Яблоко	100
	Усиленный полдник	Пудинг твороженный яблочный со сладкой подливой Чай с сахаром Батон нарезной	150/30 180 40

СРЕДА День 13	завтрак	Каша молочная геркулесовая Чай с сахаром Батон нарезной с маслом (порциями)	200 180 40/5
	обед	Огурец соленый Щи крестьянские с курой со сметаной Плов с мясом Компот яблочный витаминизированный Хлеб ржано-пшеничный	30 200 200 180 40
	1 полдник	ряженка	100
	Усиленный полдник	омлет Чай с сахаром Батон нарезной	200 180 40
ЧЕТВЕРГ День 14	завтрак	Каша молочная кукурузная Кофейный напиток Батон нарезной сыр (порциями)	200 180 40 10
	обед	Помидор свежий Суп с рисом и с курой Рыбные котлеты Перловка с подливой Компот из сухофруктов витаминизированный Хлеб ржано-пшеничный	40 200 80 150/20 180 40
	1 полдник	фрукты	100
	Усиленный полдник	Молочная каша манная Булочка домашняя Чай с сахаром	200 70 180
ПЯТНИЦА День 15	завтрак	Молочная каша «Ассорти» Чай с сахаром Батон нарезной	200 180 40
	обед	Уха Греча по-купечески Салат свекольный Компот из с/ф Хлеб ржаной	200 200 50 180 40
	1 полдник	сок	100
	Усиленный полдник	Капуста тушеная с курой Чай с сахаром Батон нарезной	150 180 40