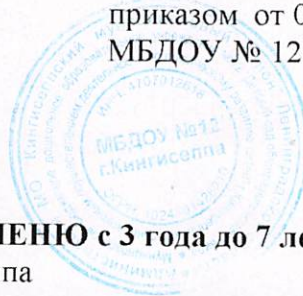


СОГЛАСОВАНО:
ТО УРПН
Роспотребнадзора
по Ленинградской области
в Кингисеппском, Волосовском
и Сланцевском районах

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 |
| | завтрак | Молочная каша жидкая пшеничная Чай с сахаром Батон нарезной обогащенный Сыр (порциями) | 200 180 40 13 |
| ВТОРНИК День 2 | 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 рубленные 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

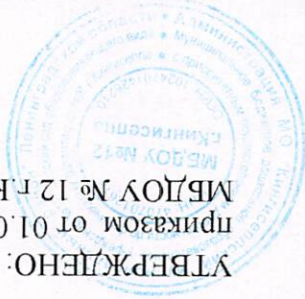
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей»

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 Огурец свежий пюре Чай с сахаром Батон нарезной обогащенный | 40 150 180 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 ПИТАТЕЛЬНОВОЕ МЕНЮ с 3 года до 7 лет
МБДОУ № 12 г. Кингисеппа
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей»

3 недели

| ВТОРНИК День 12 | | | ПОНЕДЕЛЬНИК День 11 | | |
|-------------------|--|----------------------------|---------------------|---|-------------------------|
| Усиленный полдник | Пудинг творожный яблочный со сладкой подливой Чай с сахаром Батон нарезной | 150/30 180 40 | завтрак | Каша молочная рисовая Кофейный напиток Батон нарезной Сыр (попшиями) | 200 180 40 10 |
| I полдник | Яблоко | 100 | Усиленный полдник | Оладьи со ступенкой Какао с молоком | 120/20 180 |
| обед | Суп с макаронными изделиями с курой Котлета мясная со сложным гарниром Компот из сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный | 200 60/150 180 40 | обед | Суп с фасолью с курой Азу по-татарски Компот из с/ф Хлеб ржано-пшеничный | 200 200 180 40 |
| завтрак | Каша молочная рисовая Кофейный напиток Батон нарезной | 200 180 40 | I полдник | Сок | 100 |
| Усиленный полдник | Пудинг творожный яблочный со сладкой подливой Чай с сахаром Батон нарезной | 150/30 180 40 | завтрак | Каша молочная «Дружба» Чай с сахаром Батон нарезной с маслом (порциями) | 200 180 40/5 |
| Выход | | порции | | | |

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