

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 385
(МБДОУ детский сад № 385)
620103 г. Екатеринбург, ул. Газетная, 48, тел. 295-83-32**

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ детского сада № 385
_____/О. Е. Исакова
09.01.2025 г.



**Примерное двадцатидневное меню
на теплый период
ДЕТИ (3-8 лет)**

Екатеринбург, 2025 г.

1 неделя

	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Завтрак	- Каша пшеничная на концентрированном молоке	200	- Омлет натуральный	150	- Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180	- Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	- Каша кукурузная молочная с маслом	180
	- Батон с маслом	45	- Батон с маслом с сыром	51	- Батон с маслом	45	- Батон с маслом	45	- Батон с маслом с сыром	51
	- Кофейный напиток на сгущенном молоке	180	- Какао с молоком	180	- Чай с молоком	200	- Кофейный напиток на молоке	180	- Какао с молоком	180
10.00	Банан	120	Йогурт питьевой	150	Сок фруктовый	100	Яблоко	110	Сок фруктовый	100
Обед	- Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом	50	- Салат из помидоров	50	- Огурец свежий порционный	50	- Салат из отварной свеклы с чесноком	60	- Помидор порционный	50
	- Бульон из курицы с гречками	200	- Борщ с фасолью с мясом со сметаной	200	- Щи с мясом со сметаной	180	- Уха рыбацкая	180	- Рассольник домашний со сметаной	180
	- Бигус с мясом курицы	230	- Рыба, тушенная с овощами в томате	80	- Печень говяжья по-строгановски	80	- Гуляш из отварного мяса	80	- Тефтели из говядины паровые	70
	- Кисель с витаминами «Витошка»	200	- Картофельное пюре	130	- Макароны изделия отварные	130	- Каша гречневая рассыпчатая	130	- Гарнир овощной сборный	150
	- Хлеб ржаной	30	- Компот из кураги и изюма	180	- Компот из яблок	180	- Компот из сухофруктов	180	- Компот из яблок и кураги	180
			- Хлеб ржаной	30	- Хлеб ржаной	30	- Хлеб ржаной	30	- Хлеб ржаной	30
			- Хлеб пшеничный	20	- Хлеб пшеничный	20	- Хлеб пшеничный	20	- Хлеб пшеничный	20
Полдник	- Запеканка из творога	100	- Каша из овсяных хлопьев на молоке со слив. маслом	150	- Сгущенное молоко	10	- Ряженка	150	- Икра кабачковая	50
	- Повидло	20	- Чай с сахаром	180	- Пудинг творожный с изюмом	130	- Рагу из овощей	150	- Картофель отварной	150
	- Чай с сахаром	180	- Ватрушка со сметаной	70	- Чай с сахаром	180	- Вафли	30	- Чай с сахаром	180
							- Хлеб пшеничный	10	- Хлеб пшеничный	20

2 неделя

	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Завтрак	- Каша из овсяных хлопьев на концентрированном молоке со сливочным маслом	180	- Каша манная вязкая молочная со сливочным маслом	200	- Каша пшенная молочная с маслом сливочным	180	- Омлет натуральный	150	- Каша гречневая молочная с маслом сливочным	180
	- Батон с маслом	46	- Батон с сыром	51	- Батон с маслом	45	- Батон с маслом на молоке	45	- Батон с маслом с сыром	51
	- Кофейный напиток на сгущенном молоке	180	- Чай с сахаром	180	- Какао с молоком	180		200	- Чай с молоком	200
10.00	Сок фруктовый	100	Мандарины	120	Сок фруктовый	100	Снежок	150	Яблоко	110
Обед	- Зеленый горошек	50	- Огурец	30	- Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растит. маслом	50	- Салат из помидоров и огурцов с зеленью	55	- Салат из отварной свеклы с яблоками и растительным маслом	50
	- Суп овощной на курином бульоне со сметаной	180	- Консервированный	200	- Суп крестьянский со сметаной	200	- Щи с мясом со сметаной	180	- Суп из овощей со сметаной	180
	- Жаркое домашнему с мясом куры	230	- Свекольник вегетарианский со сметаной	70	- Биточки рыбные	130	- Суп пюре розовое	70	- Бефстроганов из отварного мяса говядины	70
	- Напиток из шиповника	180	- Рис припущенный	180	- Голубцы ленивые в молочном соусе	180	- Компот из яблок и кураги	180	- Макароны изделия отварные	130
	- Хлеб ржаной	30	- Компот из яблок и чернослива	30	- Компот из кураги и изюма	180	- Хлеб ржаной	30	- Компот из сухофруктов	180
	- Хлеб пшеничный	20	- Хлеб ржаной	20	- Хлеб ржаной	30	- Хлеб пшеничный	20	- Хлеб ржаной	30
Полдник	- Пудинг творожный с морковью	150	- Хлеб пшеничный	20	- Хлеб пшеничный	20			- Хлеб пшеничный	20
	- Повидло	180	- Кефир	150	- Сгущенное молоко	10	- Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180	- Картофель в молоке	150
	- Чай с сахаром		- Морковь, тушенная с курагой	150	- Лапшевник с творогом	150	- Чай с сахаром	180	- Чай с сахаром	180
			- Шанежка с картофелем	70	- Чай с сахаром	180	- Зефир	40	- Пряник	35
			- Хлеб пшеничный	10			- Хлеб пшеничный	20	- Хлеб пшеничный	20

3 неделя

	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Завтрак	- Каша ячневая на концентрированном молоке со слив. маслом - Батон с маслом - Кофейный напиток на сгущенном молоке	200 45 200	- Омлет натуральный - Батон с маслом с сыром - Какао с молоком	150 51 180	- Каша из пшена и риса молочная «Дружба 3» со сливочным маслом - Батон с маслом - Чай с молоком	200 45 180	- Каша пшеничная молочная с маслом сливочным - Батон с маслом - Какао с молоком	180 45 200	- Каша кукурузная молочная с маслом - Батон с маслом с сыром - Кофейный напиток на молоке	180 51 200
10.00	Груша	120	Йогурт питьевой	150	Сок фруктовый	100	Яблоко	110	Сок фруктовый	100
Обед	- Зеленый горошек - Рассольник «Ленинградский» со сметаной - Котлета из мяса куры - Капуста тушеная - Напиток с витаминами «Витошка» - Хлеб ржаной - Хлеб пшеничный	50 200 80 150 200 30 20	- Огурец свежий порционный - Суп овощной с мясом со сметаной - Тефтели рыбные - Картофельное пюре - Компот из сухофруктов - Хлеб ржаной - Хлеб пшеничный	50 200 70 130 180 30 20	- Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст.мас - Щи с мясом со сметаной - Печень говяжья по-строгановски - Макароны изделия отварные - Компот из яблок и чернослива - Хлеб ржаной - Хлеб пшеничный	50 180 80 130 180 30 20	- Помидор порционный - Свекольник вегетарианский со сметаной - Запеканка картофельная с отварным мясом - Компот из кураги и изюма - Хлеб ржаной - Хлеб пшеничный	50 200 230 180 30 20	- Салат из помидоров и огурцов с зеленью - Уха рыбацкая - Бигус с мясом - Компот из сухофруктов - Хлеб ржаной - Хлеб пшеничный	50 180 230 180 30 20
Полдник	- Запеканка пшеничная с творогом - Повидло - Чай с сахаром	120 20 180	- Каша гречневая молочная со сливочным маслом - Чай с сахаром - Печенье - Хлеб пшеничный	150 180 30 10	- Сгущенное молоко - Сырники из творога - Чай с сахаром	10 150 180	- Суп молочный с крупой - Чай с сахаром - Ватрушка с повидлом	180 180 60	- Биточки(котлеты) картофельные запеченные - Соус сметанный - Чай с сахаром - Хлеб пшеничный	130 20 180 10

4 неделя

	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Завтрак	- Каша из овсяных хлопьев на концентрированном молоке со сливочным маслом - Батон с маслом - Какао на сгущенном молоке	200 45 200	- Каша из гречи и риса молочная («Дружба 2») со слив. маслом - Батон с маслом с сыром - Чай с молоком	200 51 200	- Каша пшенная молочная с маслом сливочным - Батон с маслом - Какао с молоком	180 45 180	- Омлет натуральный - Батон с маслом - Кофейный напиток на молоке	150 45 200	- Каша манная молочная с маслом сливочным - Батон с маслом с сыром - Чай с молоком	180 51 200
10.00	Апельсин	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Яблоко	110	Сок фруктовый	100
Обед	- Зеленый горошек - Суп-лапша домашняя на курином бульоне - Гуляш из мяса куры - Картофель отварной - Напиток из шиповника - Хлеб ржаной - Хлеб пшеничный	50 200 70 130 180 30 20	- Помидор порционный - Суп-пюре из разных овощей - Фрикадельки мясные паровые - Макароны изделия отварные - Компот из сухофруктов - Хлеб ржаной - Гренки	50 180 70 130 180 30 15	- Огурец свежий порционный - Суп гороховый - Жаркое по-домашнему - Компот из яблок и кураги - Хлеб ржаной - Хлеб пшеничный	50 200 230 180 30 20	- Салат из помидоров - Борщ вегетарианский со сметаной - Биточки рыбные - Рис припущенный с овощами - Компот из яблок - Хлеб ржаной - Хлеб пшеничный	50 200 80 150 180 30 20	- Салат из отварной свеклы с растительным маслом - Суп овощной с мясом со сметаной - Гуляш из мяса говядины - Каша гречневая рассыпчатая с овощами - Компот из сухофруктов - Хлеб ржаной - Хлеб пшеничный	60 200 70 150 180 30 20
Полдник	- Запеканка из творога - Сгущенное молоко - Чай с сахаром	150 10 180	- Рыба, запеченная с картофелем по-русски - Чай с лимоном - Хлеб пшеничный	150 180 20	- Сгущенное молоко - Суфле творожное - Чай с сахаром	10 150 180	- Ряженка - Морковь тушеная - Сдоба обыкновенная - Хлеб пшеничный	150 150 80 20	- Огурец консервированный - Картофельное пюре - Чай с лимоном - Хлеб ржаной	30 130 180 20