

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ детского сада №63 г. Михайловск

Г.Б. Симонова

03.03.2025г.



Меню приготавливаемых блюд на 10 дней

Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения

Детского сада №63 г. Михайловска

(с нормами выхода блюд)

Рацион питания детей с 10 часовым пребыванием.

СанПин 2.3/2.4.3590-20

МЕНЮ

Ясли 10 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ 140	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ 140	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ 150	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ 140	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 150	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 140
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 20/4/4	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 15/4	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 15/6	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 18/4	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20/6	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 13/4/4	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 15/6	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 20/4/4	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20/4	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ 25/6/4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	КОВЕЙНИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	КОВЕЙНИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КОВЕЙНИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180
II Завтрак									
СОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 100	ФРУКТ 100	СОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 100	ФРУКТ 100	ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 100	ФРУКТ 100	СОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 100	ФРУКТ 100	СОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 100	ФРУКТ 100
Обед									
САЛАТ	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ 30	ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННО 30	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 30	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ 30	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА (КОНСЕРВИРОВАННОГО) 30	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 30	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 30	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ 30	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) 30
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ 150	СУП РЫБНЫЙ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ПРОТЕРТЫЙ (С ГРЕНКАМИ) 150/7	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 150	СУП-ПЮРЕ ИЗ РЫБЫ С ГРЕНКАМИ 150/7	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 150/7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 150	СУП НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 110	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 110	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ 110	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ОВОЩАМИ 110	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 160	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 110	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 80	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ 110
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) 50/15*	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЛИ РУБЛЕННЫЕ 50	КОТЛЕТКА ДЕТСКАЯ 50	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ) 50	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 60	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОТЛЕТКА РУБЛЕННАЯ 50	РЫБА ОТВАРНАЯ 50	СУБПРОДУКТЫ ТУШЕННЫЕ С ОВОЩАМИ 70	ГУЛЯШЬ ИЗ МЯСА ПТИЦ 50
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 12	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 180	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ ИЛИ ДЖЕМОМ 180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 18	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 14	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 16	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 20
ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 30
Полдник									
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 50	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 50	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 90/15	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С РИСОМ И ЯЙЦОМ 50	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 50	МАКАРОНЫ С СЫРОМ 60	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 50	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 90/15	НАЛИВНАЯ ШАНЕЖКА 50
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 150	КИСЕЛЬ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 150	МОЛОКО 120	КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОВОЩИ 15	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 150	СОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 100	КАКАО С МОЛОКОМ 150
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 20				ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 12	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 20			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 10					СОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 100			
						ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН БИЙ 13			

МЕНЮ

Сад 10 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ 180	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ 180	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ 200	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ 180	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ 200	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ 180
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 25/5/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20/5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 18/8	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25/5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 15/5/5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20/8	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 25/5/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200
II Завтрак									
КИСЕЛЕК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 150	ФРУКТ 100	СОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 150	ФРУКТ 150	КИСЕЛЕК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 150	СОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 150	КИСЕЛЕК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 150	ФРУКТ 150	КИСЕЛЕК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 180	ФРУКТ 120
Обед									
САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ 50	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ 50	ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННО 50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 50	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ 50	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО 50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 50	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 50	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ 50	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННО И) 50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ 200	СУП РЫБНЫЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ПРОТЕРТЫЙ (С ГРЕНКАМИ) 180/10	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200	СУП-ПЮРЕ ИЗ РЫБЫ С ГРЕНКАМИ 180/10	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 180/10	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 200	СУП НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 130	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ 130	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ОВОЩАМИ 130	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ 130
ТЕФТЕЛИ (ПАРОВЫЕ) 70/25	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЛИ РУБЕЛЕННЫЕ 70	КОТЛЕТА ДЕТСКАЯ 70	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ) 70	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ 80	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОТЛЕТА РУБЕЛЕННАЯ 70	РЫБА ОТВАРНАЯ 70	СУБПРОДУКТЫ ТУШЕНЫЕ С ОВОЩАМИ 90	ГУЛЯШЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ 70
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 15	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ ИЛИ ДЖЕМОМ 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 37	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 30
ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 37	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 37
Полдник									
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 60	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 60	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 110/20	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИЙ С РИСОМ И ЯЙЦОМ 70	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 60	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 80	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 60	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 60	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 110/20	НАЛИВНАЯ ШАНЕЖКА 60
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 15	КИСЕЛЬ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15	КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОВОЩИ 20	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	СОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 150	КИСЕЛЕК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 180
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 30				МОЛОКО 150	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 30			
	КИСЕЛЕК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 180					СОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 150			
						ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 15			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 454134806024145915483320249861407208698181236584

Владелец Симонова Галина Борисовна

Действителен с 13.08.2024 по 13.08.2025