

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ детский сад №63 г. Михайловска



Г.Б. Симонова



09.02.2026г.

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 140	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СГУЩЕННЫМ	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ 150	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ 150	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 140	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ 150	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 130/15	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 150
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ 20/4/4	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 20/4/6	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 15/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 18/3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20/5	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 20/4	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 20/6/4	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 20/3	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 20/5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 15/5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КИСЕЛЬ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180
II Завтрак									
СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 150	ФРУКТ 100	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 150	ФРУКТ 100	СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 150	ФРУКТ 100	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 150	ФРУКТ 100	СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 150	ФРУКТ 100
Обед									
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОВОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО 30	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА И КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) 30	ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ 30	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 30	САЛАТ ИЗ ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ 30	ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ 30	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 30	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С СОЛЕННЫМ ОГУРЦОМ 30	САЛАТ ИЗ ОТВАНОЙ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ 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	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 150	СУП-ПЮРЕ ИЗ РЫБЫ С ГРЕНКАМИ 150/6	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 150/7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 150	СУП КУРИНЫЙ 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	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 110	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 110	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ 160
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) С ТОМАТНЫМ СОУСОМ 50/15	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ 50	КОТЛЕТА ДЕТСКАЯ 50	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ) 50	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 60	ФРИКАДЕЛЬКИ ПАРОВЫЕ 50	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ 50	РЫБА ОТВАРНАЯ 50	СУБПРОДУКТЫ ТУШЕННЫЕ С ОВОЩАМИ 70	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ ИЛИ ДЖЕМОМ 180
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 18	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 12	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 16	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 30
ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 30	
Полдник									
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 50	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 50	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ 130	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 50	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 30	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ 50	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬ С РИСОМ И ЯЙЦОМ 50	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 130	НАЛИВНАЯ ШАНЕЖКА 50
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 7	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 150	МОЛОКО ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ 200	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 10	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 10	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД 150
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 20	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150				МОРСКАЯ КАПУСТА 20		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150					БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 10/4			
						СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 150			