



Утверждаю:

Заведующий МКДОУ детского сада №63 г. Михайловск


Г.Б. Симонова

01.08.2025г.

Меню приготавливаемых блюд

Для детей в возрасте с 1,5-3 лет

Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения

Детского сада №63 г. Михайловска

(с нормами выхода блюд и микроэлементами)

Рацион питания детей с 10 часовым пребыванием.

СанПин 2.3/2.4.3590-20

(экспертиза десятидневного меню ФЦГиЭ акт от 09.10.2025г. № 8418)

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
ЧАЙ 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 ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) 150	ФРУКТ (БАНАН) 100	СОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) 150	ФРУКТ (БАНАН) 100	СОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) 150	ФРУКТ (ГРУША) 100	СОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) 150	ФРУКТ (БАНАН) 100	СОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) 150	ФРУКТ (БАНАН) 100
Обед									
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКОМ 30	ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 30	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 30	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 30	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ 30	ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 30	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 30	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ 30	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 30	ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 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 150/6	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	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	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 180	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 18	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 12	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 16	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 30
ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 30	
Полдник									
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 50	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 50	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ 130	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 50	кондитерское изделие 30	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 110	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С РИСОМ И ЯЙЦОМ 50	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 130	НАЛИВНАЯ ШАНЕЖКА 50
Кисломолочный продукт 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 7	ЧАЙ С САХАРОМ 180	Кисломолочный продукт 150	МОЛОКО 200	консервированные овощи 30	Кисломолочный продукт 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 10	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД 150
	кондитерское изделие 20	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150				ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 10		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150					СОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ) 150			