

Утверждено приказом МБДОУ
«Детский сад №5 «Ивушка от 28.08.2023 №478

МЕНЮ

3-7 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ЗАВТРАК									
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	КАША ИЗ СМЕСИ КРУП МОЛОЧНАЯ	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	БУТЕРБРОД С МЕДОМ И МАСЛОМ	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	БУТЕРБРОД С МЕДОМ И МАСЛОМ	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	КАКАО С МОЛОКОМ	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (2 ВАРИАНТ)	ЧАЙ С МОЛОКОМ (2 ВАРИАНТ)	ЧАЙ С САХАРОМ	КАКАО С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2 ВАРИАНТ)	ЧАЙ С МОЛОКОМ	ЧАЙ С ЛИМОНОМ
ПЕРВЫЙ ЗАКУС									
СОК ФРУКТОВЫЙ	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ
ВТОРОЙ ЗАКУС									
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (МОРКОВНАЯ)	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКОМ	ОВОЩИ ПОРЦИОННЫЕ	САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	ОГУРЕЦ ПОРЦИОННО	ИКРА ОВОЩНАЯ	САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С ОГУРЦОМ И ГОРОШКОМ	ПОМИДОР ПОРЦИОННО	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	ПОМИДОР И (ИЛИ) ОГУРЕЦ ПОРЦИОННО
СУП С БОБОВЫМИ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ	СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ	СУП С КЛЕЦКАМИ (МАКАРОННЫМИ И ИЗДЕЛИЯМИ) И	СУП С ЯЙЦОМ И КУРИЦЕЙ	БОРЩ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	СОЛЯНКА ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ	РАССОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	СУП С КРУПОЙ С МЯСОМ	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	ЩИ С МЯСОМ
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ	КОТЛЕТЫ/БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЯЙЦОМ	ПЛОВ С МЯСОМ	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ
КИСЕЛЬ(ЯГОДНЫЙ) СМОРОДИНОВЫЙ	МАКАРОНЫ С ОВОЩАМИ	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ(БРУСНИЧНЫЙ)	ПЮРЕ РОЗОВОЕ	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	КОМПОТ ИЗ СУХИХ ФРУКТОВ (КУРАГИ)	КАПУСТА ТУШЕННАЯ МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ №349	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ

ХЛЕБ РЖАНОЙ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫ Й	ХЛЕБ РЖАНОЙ	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫ Й	КОМПОТ ИЗ СУХИХ ФРУКТОВ(ЧЕРНОСЛИВА И КУРАГИ)	НАПИТОК ИЗ ФРУКТОВ (ВИШНИ)	ХЛЕБ РЖАНОЙ	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ(КЛЮКВЕННЫЙ)
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	КОМПОТ ИЗ СУХИХ ФРУКТОВ(ИЗЮМА) ВИТАМИНИЗИРОВАННЫ Й	ХЛЕБ РЖАНОЙ
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫ Й	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
КИСЛОМОЛОЧНА Я ПРОДУКЦИЯ (МОЛОКО)	КИСЛОМОЛОЧНАЯ ПРОДУКЦИЯ (МОЛОКО)	КИСЛОМОЛОЧНА АЯ ПРОДУКЦИЯ (МОЛОКО)	КИСЛОМОЛОЧНАЯ ПРОДУКЦИЯ (МОЛОКО)	КИСЛОМОЛОЧНАЯ ПРОДУКЦИЯ (МОЛОКО)	КИСЛОМОЛОЧНА АЯ ПРОДУКЦИЯ (МОЛОКО)	КИСЛОМОЛОЧНА Я ПРОДУКЦИЯ (МОЛОКО)	КИСЛОМОЛ ОЧНАЯ ПРОДУКЦИЯ (МОЛОКО)	КИСЛОМОЛОЧНАЯ ПРОДУКЦИЯ (МОЛОКО)	КИСЛОМОЛОЧНА АЯ ПРОДУКЦИЯ (МОЛОКО)
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С СОУСОМ	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ	РЫБА ТУШЕНАЯ ПОД ОВОЩНЫМ МАРИНАДОМ	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	ГРУША ЗАПЕЧЕННАЯ
ОВОЩИ ПОРЦИОННЫЕ	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	РАГУ ОВОЩНОЕ	ОВОЩИ ПО-КАРПАТСКИ	ЗРАЗЫ ТВОРОЖНЫЕ С ИЗЮМОМ	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНА Я С ЯБЛОКОМ	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	СЫРНИКИ СО СЛАДКИМ МОЛОЧНЫМ СОУСОМ /ВАРЕНИКИ
ЧАЙ С ДЖЕМОМ (ЛИМОНОМ)	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ (КЛЮКВЕННЫЙ)	СОК ФРУКТОВЫЙ	СОК ФРУКТОВЫЙ	ЧАЙ С МЕДОМ	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ (СМОРОДИНОВ ЫЙ)	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ (КЛЮКВЕННЫЙ)	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИК А	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ЧАЙ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	БУЛОЧКА С МАКОМ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ПЕЧЕНЬЕ	НАПИТОК ИЗ ЯГОД	БУЛОЧКА СДОБНАЯ
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПРЯНИКИ)		КОНДИТЕРСКИ Е ИЗДЕЛИЯ (ВАФЛИ)	БУЛОЧКА ДЕТСКАЯ			КЕКС		ПИРОЖОК С МЯСОМ, ИЛИ С КАПУСТОЙ, ИЛИ С ДР ФАРШАМИ	
<p><i>Примечания</i></p> <p>* - Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в эндемичных по недостатку отдельных микроэлементов регионах в меню должна использоваться специализированная пищевая продукция промышленного выпуска, обогащенные витаминами и микроэлементами, а также витаминизированные напитки промышленного выпуска. Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение N 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).</p>									

* ФРУКТЫ свежие по сезону: яблоко, груша, киви, банан, апельсин, мандарин, персик, нектарин, слива, виноград, черешня, вишня, клубника.

**Молоко и кисломолочная продукция: молоко ультрапастеризованное. молоко пастеризованное, молоко витаминизированное, кефир, ряженка, варенец, бифидок, снежок, йогурт, ацидофилин.

*** Хлеб: пшеничный, ржано-пшеничный, злаковый, солодовый, батон, булочные изделия.

****Кондитерские изделия промышленного производства: печенье, пряники, вафли, крекер, зефир, мармелад, конфета (шоколадная), сушка.

*****Ягоды: Клюква, брусника, смородина, черника, вишня.

*****Сухофрукты: чернослив, курага, шиповник, изюм, компотная смесь.

Завтрак – 20%

Завтрак 2- 5%

Обед – 35%

Уплотненный полдник 30% п.8.1.2.2. СанПиН 3590-20