



УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБУ ДОО ЗО

«Детский сад № 2 «Звёздочка»

г. Бердянск

Н.Л. Винковская

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

для детей дошкольной образовательной
организации на зимне – весенний период

2024-2025 г.г

I неделя

Понедельник

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Каша овсяная вязкая	100	120
Яйцо отварное	1 шт.	1 шт.
Икра кабачковая консервированная	30	40
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/4	30/10/6
Чай с лимоном	150	180
10:00 сок фруктовый	120	140
Обед		
Свекла тушеная с черносливом	50	60
Щи из квашенной капусты с картофелем	180	200
Каша пшеничная рассыпчатая	90	120
Тефтеля мясная в томатном соусе со сметанной	60	80
Хлеб пшеничный	30	40
Компот из сухофруктов	150	180
Полдник		
Сырники с морковью со сметанным соусом	100/10	115/15
Какао с молоком	150	180
Фрукты свежие	1 шт.	1 шт.

Вторник

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Каша пшеничная вязкая	100	120
Бефстроганов из мяса	50	60
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/4	30/10/6
Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	180
10:00 Кефир	150	180
Печенье	1 шт.	1 шт.
Обед		
Салат из зелёного горошка	25	30
Рассольник «Ленинградский»	180	200
Пюре картофельное	110	130
Котлета рыбная	40	60
Хлеб пшеничный	40	60
Кисель из сухофруктов	150	180
Полдник		
Ленивые вареники со сметанным соусом	110/10	125/15
Чай с молоком	150	180
Фрукты свежие	1 шт.	1 шт.

Среда

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Пудинг из тыквы с рисом	120	140
Каша молочная рисовая)	180	200
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/4	30/10/6
Чай с лимоном	150	180
10:00 Яблоко печёное с сахаром	1 шт.	1 шт.
Обед		
Икра свекольно-морковная	50	60
Суп с рыбными консервами	180	200
Зразы картофельные с куриным мясом	120	150
Хлеб пшеничный	40	60
Компот из сухофруктов	150	180
Полдник		
Кулебяка с мясом	85	105
Молоко кипячёное	150	180

Четверг

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Творожно-морковный пудинг	110	125
со сметанным соусом	10	15
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/4	30/10/6
Кофейный напиток с молоком сгущённым	150	180
10:00 сок фруктовый	120	140
Печенье	1 шт.	1 шт.
Обед		
Квашенные овощи	20	30
Суп овощной со сметаной	180	200
Каша гречневая рассыпчатая	90	120
Рулет мясной с яйцом	60	80
Хлеб пшеничный	40	60
Кисель из сухофруктов	150	180
Полдник		
Каша молочная геркулесовая	180	200
Булочка ванильная	50	60
Чай с сахаром	150	180

П я т н и ц а

Н а з в а н и е б л ю д а	В ы х о д б л ю д а	
	Я с л и	С а д
З а в т р а к		
Каша пшеничная вязкая	100	120
Яйцо отварное	1 шт.	1 шт.
Икра кабачковая консервированная	30	40
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/4	30/10/6
Чай с лимоном	150	180
10:00 сок фруктовый	120	140
О б е д		
Овощи квашенные	20	30
Борщ с фасолью и картофелем	180	200
Запеканка макаронная с мясом	150	170
Хлеб пшеничный	40	60
Компот из сухофруктов	150	180
П о л д н и к		
Булочка «Веснушка»	50	60
Какао с молоком	150	180
Фрукты свежие	1 шт.	1 шт.

II неделя

Понедельник

Название блюда	Выход блюда	
	Если	Сад
Завтрак		
Макароны отварные с маслом	90	120
Яйцо отварное	1 шт.	1 шт.
Икра кабачковая консервированная	30	40
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/4	30/10/6
Чай с лимоном	150	180
10:00 сок фруктовый	120	150
Обед		
Квашенные овощи	20	30
Суп картофельный с бобами	180	200
Гренки из пшеничного хлеба	15	20
Пюре картофельное	110	130
Биток мясной рубленый	50	70
Хлеб пшеничный	30	40
Кисель из сухофруктов	150	180
Полдник		
Оладьи с повидлом	80/10	100/15
Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	180
Фрукты свежие	1 шт.	1 шт.

Вторник

Название блюда	Выход блюда	
	Если	Сад
Завтрак		
Крупейник с творогом	120	140
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/4	30/10/6
Чай с лимоном	150	180
10:00 Яблоко печёное	1 шт.	1 шт.
Обед		
Свекла тушеная с черносливом	50	60
Суп картофельный	180	200
с мясными фрикадельками	25	30
Кнели куриные с рисом	80	100
Хлеб пшеничный	30	40
Компот из сухофруктов	150	180
Полдник		
Каша пшеничная вязкая	100	120
Суфле из рыбы	40	50
Хлеб пшеничный	20	30
Сок фруктовый	120	140

Среда

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Каша молочная манная	180	200
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/4	30/10/6
Чай с лимоном	150	180
10:00 сок фруктовый	120	150
Обед		
Овощи квашенные	20	30
Борщ с капустой и картофелем	180	200
Каша гречневая рассыпчатая	90	120
Котлета мясная рубленая	50	70
Хлеб пшеничный	40	60
Кисель из сухофруктов	150	180
Полдник		
Ватрушка с творогом	60	70
Кефир	150	180
Фрукты свежие	1 шт.	1шт.

Четверг

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Плов из птицы	120	140
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/4	30/10/6
Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	180
10:00 Сок фруктовый	120	150
Обед		
Икра свекольная	50	60
Суп картофельный с вермишелью	180	200
Каша пшеничная рассыпчатая	90	120
Тефтеля рыбная с овощной подливой	50	80
Хлеб	40	60
Компот из сухофруктов	150	180
Полдник		
Вареники с мясом	100	130
Чай с сахаром	150	180
Фрукты свежие	1 шт.	1 шт.

П я т н и ц а

На з в а н и е б л ю д а	В ы х о д б л ю д а	
	Я с л и	С а д
З а в т р а к		
Каша овсяная вязкая	100	120
Яйцо отварное	1 шт.	1 шт.
Икра кабачковая консервированная	30	40
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/4	30/10/6
Какао с молоком	150	180
10:00 сок фруктовый	120	150
О б е д		
Овощи квашеные	20	30
Свекольник	180	200
Рагу овощное	140	160
Шницель мясной рубленый	50	70
Хлеб пшеничный	40	60
Кисель из сухофруктов	150	180
П о л д н и к		
Запеканка из тыквы с творогом	120	150
Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	180
Фрукты свежие	1шт.	1шт.