

УТВЕРЖДЕНО

Приказом заведующего МАДОУ «Детский сад № 3

«Родничок» *Орлова* О.А.Криворучко

«05» *мая* 2025 года № *25*



ПРИМЕРНОЕ 10-дневное меню для воспитанников 2-3 лет

**Муниципального автономного дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад №3 «Родничок»**

г. Арамилев, 2025 год

*Настоящее меню подготовлено с использованием компьютерной программы для организации питания
и учета продуктов в дошкольных образовательных организациях*

День 1 (понедельник)

| Прием пищи, наименование изделий (блюдо) | Вы-ход, г |
|------------------------------------------|--------------|
| Завтрак | |
| Каша геркулесовая с сливочным маслом | 160 |
| Какао с молоком | 150 |
| Батон | 35 |
| Сыр (порциями) | 10 |
| 2 Завтрак | |
| Сок | 200 |
| Обед | |
| Борщ со сметаной | 150 |
| Плов из отварного мяса индейки | 130 |
| Огурец соленый | 30 |
| Компот из кураги и изюма | 150 |
| Хлеб пшеничный | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 |
| Полдник | |
| Кефир | 150 |
| Печенье «Березка» | 60 |
| Яблоки | 95 |

День 2 (вторник)

| Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы-ход, г |
|-----------------------------------------|--------------|
| Завтрак | |
| Запеканка из творога | 150 |
| Молоко сгущенное с сахаром | 10 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 |
| Батон с маслом | 45 |
| 2 Завтрак | |
| Сок | 200 |
| Обед | |
| Суп с клецками | 150 |
| Рагу из мясо кур с овощами | 130 |
| Капуста квашеная | 30 |
| Напиток из шиповника | 150 |
| Хлеб пшеничный | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 |
| Полдник | |
| Кисель плодово-ягодный | 150 |
| Сдоба Посадская | 80 |

День 3 (среда)

| Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы-ход, г |
|--------------------------------------------|--------------|
| Завтрак | |
| Каша гречневая молочная с маслом сливочным | 170 |
| Чай с молоком | 150 |
| Батон | 35 |
| 2 Завтрак | |
| Сок | 200 |
| Обед | |
| Суп картофельный с консервами | 150 |
| Макаронный изделия отварные | 110 |
| Гуляш из отварного мяса говядины | 50 |
| Салат из моркови с растительным маслом | 30 |
| Компот из сухофруктов | 150 |
| Хлеб пшеничный | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 |
| Полдник | |
| Снежок | 150 |
| Ватрушка с творогом | 65 |
| Бананы | 95 |

День 4 (четверг)

| Прием пищи, наименование изделий (блюды) | Вы-ход, г |
|------------------------------------------|--------------|
| Завтрак | |
| Каша ассорти (рис, кукуруза) с маслом | 160 |
| Какао с молоком | 150 |
| Батон с маслом | 45 |
| 2 Завтрак | |
| Сок | 200 |
| Обед | |
| Суп овощной с фрикадельками со сметаной | 150 |
| Суфле из рыбы горбуши | 130 |
| Салат из картофеля с горошком и маслом | 30 |
| Компот из чернослива и изюма | 150 |
| Хлеб пшеничный | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 |
| Полдник | |
| Чай с лимоном | 150 |
| Пирожки печеные с повидлом (джемом) | 35 |
| Груша | 95 |

День 5 (пятница)

| Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы-ход, г |
|---------------------------------------------------------|--------------|
| Завтрак | |
| Каша пшеничная молочная с маслом | 150 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 |
| Батон с маслом | 45 |
| Сыр (порциями) | 10 |
| 2 Завтрак | |
| Сок | 200 |
| Обед | |
| Суп картофельный с бобовыми | 150 |
| Суфле из мяса говядины с рисом | 130 |
| Салат из капусты с репчатым луком и растительным маслом | 30 |
| Компот из кураги и шиповника | 150 |
| Хлеб пшеничный | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 |
| Полдник | |
| Киселёк "Витошка" | 150 |
| Пряники | 50 |
| Бананы | 95 |

День 6 (понедельник)

| Прием пищи, наименование изделий (блюды) | Вы-ход, г |
|------------------------------------------|--------------|
| Завтрак | |
| Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 160 |
| Чай с молоком | 150 |
| Батон | 35 |
| Сыр (порциями) | 10 |
| 2 Завтрак | |
| Сок | 200 |
| Обед | |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 150 |
| Бульон куриный | 10 |
| Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 110 |
| Бефстроганов | 50 |
| Икра из кабачков | 30 |
| Компот из сухофруктов | 150 |
| Хлеб пшеничный | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 |
| Полдник | |
| Ряженка | 150 |
| Печенье Березка | 60 |
| Яблоки | 95 |

День 7 (вторник)

| Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы-ход, г |
|-----------------------------------------|--------------|
| Завтрак | |
| Запеканка из творога | 150 |
| Молоко сгущенное с сахаром | 10 |
| Какао с молоком | 150 |
| Батон с маслом | 45 |
| 2 Завтрак | |
| Биойогурт 2,5 % в стаканчике | 100 |
| Обед | |
| Уха рыбацкая с консервами | 150 |
| Жаркое из отварного мяса говядины | 130 |
| Капуста квашенная | 30 |
| Напиток фруктовый | 150 |
| Хлеб пшеничный | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 |
| Полдник | |
| Кисель плодово-ягодный | 150 |
| Рогалик Посадский | 80 |

День 8 (среда)

| Прием пищи, наименование изделий (блюды) | Вы-ход, г |
|------------------------------------------|--------------|
| Завтрак | |
| Суп молочный с лапшой | 170 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 |
| Батон | 35 |
| 2 Завтрак | |
| Сок | 200 |
| Обед | |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 150 |
| Бульон куриный | 10 |
| Каша рисовая рассыпчатая | 110 |
| Минтай, тушеный с овощами | 50 |
| Салат из отварной свеклы с маслом | 30 |
| Компот из кураги и изюма | 150 |
| Хлеб пшеничный | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 |
| Полдник | |
| Биойогурт 2,5% питьевой | 150 |
| Творожная кралька | 65 |
| Бананы | 95 |

День 9 (четверг)

| Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы-ход, г |
|-----------------------------------------|--------------|
| Завтрак | |
| Каша ассорти (рис, греча) с маслом | 160 |
| Чай с молоком | 150 |
| Батон с маслом | 45 |
| 2 Завтрак | |
| Сок | 200 |
| Обед | |
| Рассольник со сметаной | 150 |
| Каша гороховая вязкая | 110 |
| Биточки из фарша говядины паровые | 60 |
| Салат из моркови с растительным маслом | 30 |
| Компот фруктовый | 150 |
| Хлеб пшеничный | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 |
| Полдник | |
| Киселёк "Витошка" | 150 |
| Булка Венская | 50 |
| Груша | 95 |

День 10 (пятница)

| Прием пищи, наименование изделий (блюды) | Вы-ход, г |
|---------------------------------------------|--------------|
| Завтрак | |
| Омлет запеченный или паровой | 150 |
| Какао с молоком | 150 |
| Батон с маслом | 45 |
| Сыр (порциями) | 10 |
| 2 Завтрак | |
| Сок | 200 |
| Обед | |
| Суп фасолевый | 150 |
| Капуста тушенная | 110 |
| Мясо говядины отварное | 50 |
| Салат из картофеля, моркови и лука с маслом | 30 |
| Компот из чернослива и изюма | 150 |
| Хлеб пшеничный | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 |
| Полдник | |
| Чай с лимоном | 150 |
| Пряники «Зебра» | 50 |
| Бананы | 95 |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 669156940959655819463310575184336563501118402773

Владелец Криворучко Ольга Александровна

Действителен с 15.01.2025 по 15.01.2026