



УТВЕРЖДЕНО
приказом Детского сада № 3 «Родничок»
«14» 11 2026 года № 5
«Родничок»

Примерное 10-ти дневное меню для воспитанников 1-3 лет с аллергической реакцией

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

г. Арамиль, 2026 г.

Настоящее меню подготовлено с использованием компьютерной программы для организации питания и учета продуктов в дошкольных образо-
вательных организациях

День 1 (понедельник)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	160
Чай	150
Батон	35
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп из овощей	150
Рис отварной	110
Зеленый горошек	30
Компот из кураги и изюма	150
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржаной	20
Полдник	
Чай	150
Вафли	60

День 2 (вторник)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	160
Чай	150
Батон с маслом	45
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп из овощей	150
Макаронные изделия отварные	130
Соленый огурец	30
Напиток из шиповника	150
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржаной	20
Полдник	
Кисель плодово-ягодный	150
Печенье творожное	90

День 3 (среда)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	160
Чай	150
Батон	35
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп овощной	180
Картофель отварной	130
Салат из отварной свеклы с соленными огурцами и растительным маслом	30
Компот из сухофруктов	150
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржаной	20
Полдник	
Вафли	65
Груша	95

День 4 (четверг)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	160
Чай	150
Батон маслом	45
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп овощной	150
Каша на воде	130
Салат из картофеля с горошком и маслом	30
Компот из чернослива и изюма	150
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржаной	20
Полдник	
Чай	150
Печенье	35
Яблоки	95

День 5 (пятница)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	160
Чай	150
Батон с маслом	45
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп картофельный	150
Рис отварной	130
Салат из капусты с репчатым луком и растительным маслом	30
Компот из кураги и шиповника	150
Хлеб пшеничный	40
хлеб ржаной	20
Полдник	
Напиток «Витошка»	150
Пряники	50

День 6 (понедельник)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	160
Чай	150
Батон	35
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп картофельный с макаронными изделиями	150
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	130
Соленый огурец	30
Компот из сухофруктов	150
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржаной	20
Полдник	
Чай	150
Печенье	65

День 7 (вторник)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	150
Чай	150
Батон с маслом	45
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп овощной	150
Картофель отварной	130
Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом	30
Напиток из клюквы	150
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржаной	20
Полдник	
Кисель плодово-ягодный	150
Печенье	50

День 8 (среда)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	150
Чай	150
Батон	35
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп овощной	150
Каша рисовая рассыпчатая	130
Салат из отварной свеклы с маслом	30
Компот из кураги и изюма	150
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржаной	20
Полдник	
Чай	150
Вафли	65
Бананы	95

День 9 (четверг)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	160
Чай	150
Батон с маслом	45
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп овощной	150
Капуста тушеная	130
Салат из моркови с растительным маслом	30
Компот фруктовый	150
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржаной	20
Полдник	
Киселёк «Витошка»	150
Печенье	50
Яблоки	95

День 10 (пятница)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	160
Чай	150
Батон с маслом	45
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп овощной	150
Картофельное пюре	130
Соленые огурцы	30
Компот из чернослива и изюма	150
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржаной	20
Полдник	
Чай	150
Вафли	50