



УТВЕРЖДЕНО
приказом Детского сада № 3 «Родничок»
от 12.08.2026 года № 12/2026/12

Примерное 10-ти дневное меню для воспитанников 3-7 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 образовательных организациях

День 1 (понедельник)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	180
Чай	200
Батон	35
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп из овощей	180
Рис отварной	130
Зеленый горошек	50
Компот из кураги и изюма	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржаной	20
Полдник	
Чай	200
Вафли	60

День 2 (вторник)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	180
Чай	200
Батон с маслом	45
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп из овощей	180
Макаронные изделия отварные	180
Соленый огурец	50
Напиток из шиповника	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржаной	20
Полдник	
Кисель плодово-ягодный	200
Печенье творожное	90

День 3 (среда)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	180
Чай	200
Батон	35
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп овощной	180
Картофель отварной	180
Салат из отварной свеклы с соленными огурцами и растительным маслом	50
Компот из сухофруктов	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржаной	20
Полдник	
Вафли	65
Груша	100

День 4 (четверг)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	180
Чай	200
Батон маслом	45
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп овощной	180
Каша на воде	180
Салат из картофеля с горошком и маслом	50
Компот из чернослива и изюма	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржаной	20
Полдник	
Чай	200
Печенье	35
Яблоки	100

День 5 (пятница)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	180
Чай	200
Батон с маслом	45
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп картофельный	180
Рис отварной	180
Салат из капусты с репчатым луком и растительным маслом	50
Компот из кураги и шиповника	200
Хлеб пшеничный	40
хлеб ржаной	20
Полдник	
Напиток «Витошка»	200
Пряники	50

День 6 (понедельник)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	180
Чай	200
Батон	35
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп картофельный с макаронными изделиями	180
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180
Соленый огурец	50
Компот из сухофруктов	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржаной	20
Полдник	
Чай	200
Печенье	65

День 7 (вторник)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)		Выход, г.
Завтрак		
Каша на воде		180
Чай		200
Батон с маслом		45
2 Завтрак		
Сок		200
Обед		
Суп овощной		180
Картофель отварной		180
Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом		50
Напиток из клюквы		200
Хлеб пшеничный		40
Хлеб ржаной		20
Полдник		
Кисель плодово-ягодный		200
Печенье		50

День 8(среда)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)		Выход, г.
Завтрак		
Каша на воде		180
Чай		200
Батон		35
2 Завтрак		
Сок		200
Обед		
Суп овощной		180
Каша рисовая рассыпчатая		180
Салат из отварной свеклы с маслом		50
Компот из кураги и изюма		200
Хлеб пшеничный		40
Хлеб ржаной		20
Полдник		
Чай		200
Вафли		65
Бананы		100

День 9 (четверг)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	180
Чай	200
Батон с маслом	45
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп овощной	180
Капуста тушеная	180
Салат из моркови с растительным маслом	50
Компот фруктовый	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржаной	20
Полдник	
Киселёк «Витошка»	200
Печенье	50
Яблоки	100

День 10 (пятница)

Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г.
Завтрак	
Каша на воде	180
Чай	200
Батон с маслом	45
2 Завтрак	
Сок	200
Обед	
Суп овощной	180
Картофельное пюре	180
Соленые огурцы	50
Компот из чернослива и изюма	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржаной	20
Полдник	
Чай	200
Вафли	50