

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад №13 «Ивушка» г. Нурлат Республики Татарстан»



Утверждаю
заведующий МБДОУ «Детский сад №13 «Ивушка»
Р.В. Абдуллина
приказ №161 от 02.09.2024г

МЕНЮ

Регли 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
МАКАРОНЫ С СЫРОМ 120/10	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ 150/3	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 150/3	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 150/3	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ 120	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МОРОЩЕЮ 120	КАША "ДРУЖБА" 150/3	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ 150/3	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ 150/3	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ150
ЯЙЦО ОТВАРНОЕ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ ВОСЬМЬМИ СЫРОМ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 25/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 25/5
ПЕЧЕНЬЕ 20	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 25/5	ПЕЧЕНЬЕ 20	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150	КИСЕЛЬ 150
КИСЕЛЬ 150				КИСЕЛЬ 150	КИСЕЛЬ 150				
II Завтрак									
БАНАН 95	АПЕЛЬСИН 95	ЯБЛОКО 95	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	АПЕЛЬСИН 95	БАНАН 95	АПЕЛЬСИН 95	ЯБЛОКО 95	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	ЯБЛОКО 95
Обед									
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (КАЛУСТА, МОРКОВЬ, БЕЛОКОЧУБ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ БЕЛОКОЧУБНОЙ КАЛУСТЫ 50	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С ЗЕЛЕН, ГОРОШКОМ 30	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ 40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ 50	САЛАТ ЛУКОВЫЙ 30	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ 45/6	САЛАТ ИЗ 3 МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ 35/45
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ 200/10	РАССОЛНИК СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ 200/10	СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ С ГОВЯДИНОЙ 200	СУП ХАРЧО 200/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕПКАМИ И ГОВЯДИНОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГОВЯДИНОЙ 200	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ 200/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ И ГОВЯДИНОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧКАМИ И КУРАМИ 200/20	СУП ГРЕЧЕВЫЙ СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ 200/10
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ 180	ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ (ЛУК, МОРКОВЬ) 70	БЕЗСТОГА НОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 40/25	КНЕПЛИ ИЗ КУР 60	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 180	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 45/25	БЕГЛЯШИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 160	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 60	ПТИ ЦА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 60/20	АЗУ С ГОВЯДИНОЙ 180
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КАЛУСТА ТУШЕНАЯ 120	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ 120	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ 120	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	МАКАРОНЫ И ЗАДЕНИА ОТВАРНЫЕ 120	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	МАКАРОН120	РИС ОТВАРНОЙ 120	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
КОМ1 01 ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 150
Полдник									
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 25/5		ВАФЛИ 20	ПРЯНИКИ 20	ПЕЧЕНЬЕ 20	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ 25/5/40	ВАФЛИ 20	ПЕЧЕНЬЕ 20	ПРЯНИКИ 20	ВАФЛИ 20
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	РЯЖЕНКА 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	РЯЖЕНКА 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	РЯЖЕНКА 150	КИСЕЛЬ150	РЯЖЕНКА 150
Ужин									
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 150/3	ВАТРУШКА КОРОЛЕВСКАЯ 80	РЫБА (МИНТАН), ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 60/20	ПИ РОЖ КИ ПЕЧЕНЬЕ С ЯЙЦОМ 80	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ 60	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СЛИВЕННЫМ МОЛОКОМ 120/20	ПУДИНГ МАННЫЙ С ПОВИДЛОМ 130/20	РЫБА (МИНТАН), ЗАПЕЧЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 60/20	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАЛУСТОЙ 80	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ 40/60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 120		КАЛУСТА ТУШЕНАЯ 120	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	МАКАРОНЫ И ЗАДЕНИА ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (ЛУК, МОРКОВЬ) 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35
ЧАЙ С САХАРОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150

МЕНЮ

Сад 12 часов

1 День	2 День	3 День	4 День	5 День	6 День	7 День	8 День	9 День	10 День
Завтрак									
МАКАРОНЫ С СЫРОМ 130/12	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ 160/5	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 160/5	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 160/5	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ 130	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МОРКОВЬЮ 130	КАША "ДРУЖБА" 160/5	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ 160/5	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ 160/5	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 160/5
ЯЙЦО ОТВАРНОЕ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ ВОДНЫМ СЫРОМ 30/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ ЯЙЦО ОТВАРНОЕ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 30/5
ПЕЧЕНЬЕ 30	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	КИСЕЛЬ 180	ПЕЧЕНЬЕ 30	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	КИСЕЛЬ 180
КИСЕЛЬ 180				КИСЕЛЬ 180					
II Завтрак									
БАНАН 100	АПЕЛЬСИН 100	ЯБЛОКО 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	АПЕЛЬСИН 100	БАНАН 100	АПЕЛЬСИН 100	ЯБЛОКО 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	ЯБЛОКО 100
Обед									
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (КАПУСТА, МОРКОВЬ, ЯБЛОКО 60, СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ 250/12	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 60	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШЕК 40	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ 60	САЛАТ ЛУКОВЫЙ 40	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ 50/8	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ 40/20
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ 200	ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ (ЛУК, МОРКОВЬ) 80	БЕФЕСТИГА НОВ И 3 ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 50/30	КНЕДЛИ ИЗ КУР 70	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 200	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 55/30	БЕЛЫШИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 180	БЛЮШКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 70/50	АЗУ С ГОВЯДИНОЙ 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ 130	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ 130	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180
Полдник									
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 30/5	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	ВАФЛИ 30	ПРЯНИКИ 30	ПЕЧЕНЬЕ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	ВАФЛИ 30	ПЕЧЕНЬЕ 30	ПРЯНИКИ 30	ВАФЛИ 30
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	РЯЖЕНКА 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	РЯЖЕНКА 180	РЯЖЕНКА 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	РЯЖЕНКА 180	КИСЕЛЬ 180	РЯЖЕНКА 180
Ужин									
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 160/5	ВАТРУШКА КОРОЛЕВСКАЯ 100	РЫБА (МИНТАЙ), ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 70/25	ПИ РОЖ ИЛИ ПЕЧЕНЬЕ С ЯЙЦОМ 100	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ 70	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СЛИВЕННЫМ МОЛОКОМ 150/25	ПУДИНГ МАМНЫЙ С ПОВИДЛОМ 150/25	ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ МАКАР И ЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (ЛУК, МОРКОВЬ) 140/5	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С СЫРИКИ ИЛИ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ 120/30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130		КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50
ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180