

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Детский сад № 7 комбинированного вида»
(МАДОУ № 7)

ул. Кондрикова, д.36, г. Мончегорск, Мурманская область, 184506
тел.(815-36) 5-70-18, e-mail: dou7@edumonch.ru
ОКПО51689374, ОГРН 1025100653907, ИНН/КПП 5107110559/ 510701001

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МАДОУ № 7

_____ / Е.В. Разуваева /

Приказ № 146-ОД от 18.08.2021

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ МАДОУ № 7
(зимний период)

с 12-ти часовым пребыванием воспитанников
с 1,5 лет до 3 лет и с 3 лет до 7 лет

1 день			2 день		
Наименование блюда	Выход блюда		Наименование блюда	Выход блюда	
	1-3 л	3-7 л		1-3 л	3-7 л
I ЗАВТРАК			I ЗАВТРАК		
Каша ячневая молочная вязкая	150	180	Каша пшеничная молочная жидкая	150	180
Бутерброд с джемом	50	64	Бутерброд с маслом сливочным	35	45
Какао с молоком	180	200	Чай с молоком	180	200
II ЗАВТРАК			II ЗАВТРАК		
Молоко кипяченое	180	200	Сок фруктовый	180	200
ОБЕД			ОБЕД		
Салат картофельный с соленым огурцом	30	50	Салат из свеклы с чесноком	30	50
Суп картофельный с бобовыми	150	180	Суп картофельный с рыбой	150	180
Биточки рыбные	50	70	Котлета из говядины	60	70
Рис отварной	110	130	Каша гречневая рассыпчатая	110	130
Соус молочный	20	30	Соус томатный	20	30
Сок фруктовый	180	200	Кисель из черной смородины	150	180
Хлеб ржаной	40	50	Хлеб ржаной	40	50
			Напиток витаминный	0	125
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Омлет с сыром	120	140	Пудинг творожный запеченный	120	150
Салат из свеклы отварной	40	60	Соус фруктовый из кураги	30	50
Булочка Нежная	60	70	Пряник	30	50
Компот из изюма	180	200	Чай с лимоном	150	200
Фрукты свежие	90	95	Фрукты свежие	90	95
Батон нарезной	30	40	Батон нарезной	30	40

3 день			4 день		
Наименование блюда	Выход блюда		Наименование блюда	Выход блюда	
	1-3 л	3-7 л		1-3 л	3-7 л
I ЗАВТРАК			I ЗАВТРАК		
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	150	180	Каша манная молочная вязкая	150	180
Бутерброд с сыром	40	55	Бутерброд с джемом	50	64
Кофейный напиток с молоком	180	200	Какао с молоком	180	200
II ЗАВТРАК			II ЗАВТРАК		
Ряженка	180	200	Молоко кипяченое	180	200
ОБЕД			ОБЕД		
Икра кабачковая	40	50	Салат из соленых огурцов с луком	30	50
Рассольник домашний	150	180	Щи из свежей капусты с картофелем	150	180
Кнели из кур с рисом	50	70	Жаркое по домашнему с говядиной	150	200
Картофельное пюре	110	130	Напиток из шиповника	150	180
Соус сметанный	30	50	Хлеб ржаной	40	50
Компот из кураги	150	180			
Хлеб ржаной	40	50	Напиток витаминный	0	125
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Суфле из печени	100	130	Лапшевник с творогом с соусом	150	200
Морковь в молочном соусе	50	70			
Пирожок, печеный из сдобного теста с яблочным фаршем	50	70	Чай с сахаром	150	200
Чай с джемом	150	200	Вафли	30	50
Фрукты свежие	90	95	Фрукты свежие	90	95
Батон нарезной	30	40	Батон нарезной	30	40

5 день			6 день		
Наименование блюда	Выход блюда		Наименование блюда	Выход блюда	
	1-3 л	3-7 л		1-3 л	3-7 л
I ЗАВТРАК			I ЗАВТРАК		
Каша рисовая молочная жидкая	150	180	Суп молочный с макаронными изделиями	150	180
Бутерброд с маслом, сыром	40	55	Бутерброд с маслом сливочным	50	64
Чай с молоком	180	200	Кофейный напиток с молоком	180	200
II ЗАВТРАК			II ЗАВТРАК		
Кефир	180	200	Йогурт фруктово-ягодный	150	180
ОБЕД			ОБЕД		
Икра свекольная	40	50	Салат овощной с зеленым горошком	30	50
Суп крестьянский с крупой	150	180	Рассольник ленинградский	150	180
Тефтели из говядины с рисом (Ёжики)	60	70	Рулет из говядины паровой с яйцом с соусом	80	110
Капуста тушеная	110	130	Каша гречневая рассыпчатая	110	130
Сок фруктовый	180	200	Компот вишневый	150	180
Хлеб ржаной	40	50	Хлеб ржаной	40	50
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Рыба запеченная в омлете	100	120	Запеканка морковная с творогом	120	150
Картофель отварной	50	80	Соус черносмородиновой	30	50
Булочка Домашняя	60	70	Булочка Веснушка	60	70
Компот из смеси сухофруктов	150	180	Напиток шиповника	150	200
Фрукты свежие	90	95	Фрукты свежие	90	95
Батон нарезной	30	40	Батон нарезной	30	40

7 день			8 день		
Наименование блюда	Выход блюда		Наименование блюда	Выход блюда	
	1-3 л	3-7 л		1-3 л	3-7 л
I ЗАВТРАК			I ЗАВТРАК		
Каша гречневая вязкая на молоке	150	180	Суп молочный с крупой	150	180
Бутерброд с сыром	40	55	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40	55
Какао с молоком	180	200	Чай с молоком	180	200
II ЗАВТРАК			II ЗАВТРАК		
Сок фруктовый	180	200	Кефир	180	200
ОБЕД			ОБЕД		
Кукуруза с яйцом и луком	40	50	Салат из свеклы и моркови	30	50
Свекольник на мясном бульоне	150	180	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	180
Картофельная запеканка с мясом	130	170	Бигус	150	200
Соус томатный	20	30	Компот из кураги	150	180
Компот из свежих яблок с лимоном	150	180	Хлеб ржаной	40	50
Хлеб ржаной	40	50			
Напиток витаминный	0	125			
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Голубцы овощные	120	160	Рыба запеченная «по-русски» с картофелем с белым соусом	150	200
Соус белый основной	30	40	Чай с лимоном	150	200
Вафли	30	50	Шанежка Наливная	60	70
Чай с сахаром	150	200	Фрукты свежие	90	95
Фрукты свежие	90	95	Батон нарезной	30	40
Батон нарезной	30	40			

9 день			10 день		
Наименование блюда	Выход блюда		Наименование блюда	Выход блюда	
	1-3 л	3-7 л		1-3 л	3-7 л
I ЗАВТРАК			I ЗАВТРАК		
Омлет натуральный	120	140	Каша "Дружба"	150	180
Горошек зеленый консервированный отварной	45	60	Бутерброд с джемом	50	64
Бутерброд с маслом	35	45	Какао с молоком	180	200
Чай с джемом	150	200	II ЗАВТРАК		
II ЗАВТРАК			II ЗАВТРАК		
Ряженка	180	200	Молоко кипяченое	180	200
ОБЕД			ОБЕД		
Салат из витаминный	30	50	Салат картофельный с зеленым горошком	30	50
Суп с мясными фрикадельками	150	180	Борщ с капустой и картофелем	150	180
Печень говяжья по-строгановски	60	70	Биточки из курицы	50	70
Пюре картофельное	110	130	Макаронные изделия отварные	110	130
Сок фруктовый	180	200	Соус молочный	20	30
Напиток витаминный	0	125	Кисель из клюквы	150	180
Хлеб ржаной	40	50	Хлеб ржаной	40	50
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Сырники, из творога запеченные с фруктовым соусом	150	200	Винегрет овощной	130	180
Печенье	30	50	Яйцо куриное	20	20
Кофейный напиток с молоком	180	200	Крендель сахарный	60	70
Фрукты свежие	90	95	Чай с сахаром	150	200
Батон нарезной	35	40	Фрукты свежие	90	95
			Батон нарезной	30	40

В Муниципальном автономном дошкольном образовательном учреждении МАДОУ №7 комбинированного вида воспитанников, которые по медицинским показаниям нуждаются в лечебном и диетическом питании нет.