

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА — ДЕТСКИЙ САД № 255»  
ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА Г.САРАТОВА

410007, г. Саратов, ул. 2-й им. Блинова Ф.А. проезд, зд. 8Б, тел. (8452)24-55-30, e-mail: [detsad-splaneta@yandex.ru](mailto:detsad-splaneta@yandex.ru)

**УТВЕРЖДЕНО**

Заведующий МДОУ

«ЦРР - детский сад № 255

Н.П. Гусева

Приказ от 25.07.2023 г. № 242 /ОД



**Примерное 10 – дневное меню  
МДОУ «ЦРР - детский сад № 255» для  
организации питания воспитанников**

(с изменениями и дополнениями от 25.07.2023 г.)

**Примерное 10 – дневное меню  
МДОУ «ЦРР - детский сад № 255» для организации  
питания воспитанников**

**Утверждено  
приказом  
заведующего от  
25.07.2023 г. №  
242/ОД**

День недели	Наименование блюда	Дети до 3-х лет	Дети с 3 – 7 лет
1 Д Е Н Ь	<b>Завтрак</b>		
	Каша вязкая, молочная «Дружба»	150	200
	Кисель	180	200
	Кондитерское изделие	20	40
	<b>II Завтрак</b>		
	Кисломолочный напиток	130	150
	Батон	20	30
	<b>Обед</b>		
	Икра кабачковая	20	30
	Борщ с капустой свежей, со сметаной	180/6	200/7
	Тефтели из говядины с овощной подливой	70	80
	Компот из сухофруктов	150	200
	Хлеб пшеничный	20	20
	Хлеб ржаной	40	50
	<b>Уплотненный полдник</b>		
	Сырники из творога со сметаной	150/15	200/20
Сок фруктовый	200	200	
Ватрушка с повидлом	60	70	
2 Д Е Н Ь	<b>Завтрак</b>		
	Каша вязкая пшеничная молочная	150	200
	Какао с молоком	180	200
	Батон с маслом и сыром	20/4/9	30/5/14
	<b>II Завтрак</b>		
	Кисломолочный напиток	130	150
	<b>Обед</b>		
	Салат из зеленого горошка	20	30
	Суп крестьянский на мясном бульоне со сметаной	180/3	200/5
	Запеканка картофельная с печенью	70	80
	Компот из сухофруктов	150	200
	Хлеб пшеничный	20	20
	Хлеб ржаной	40	50
	<b>Уплотненный полдник</b>		
	Сельдь порционная	20	30
	Рагу из овощей	150	200
Чай с лимоном	180/4	200/5	
Фрукты	150	200	
Батон	20	30	

День недели	Наименование блюда	Дети до 3 лет	Дети с 3 – 7 лет
3 Д Е Н Ь	<b>Завтрак</b>		
	Каша гречневая, молочная, жидкая	150	200
	Кофейный напиток с молоком	180	200
	Бутерброд с маслом	20/4	30/5
	<b>II Завтрак</b>		
	Кисломолочный напиток	130	150
	Кондитерское изделие	20	40
	<b>Обед</b>		
	Салат из соленых огурцов с растительным маслом	20	30
	Суп гороховый на мясном бульоне с гренками	180/5	200/10
	Гуляш из говядины	60	70
	Картофельное пюре	110	130
	Компот из сухофруктов	150	200
	Хлеб пшеничный	20	20
	Хлеб ржаной	40	50
	<b>Уплотненный полдник</b>		
	Пудинг творожный со сметаной	150/10	200/15
	Сок фруктовый	200	200
	Батон	20	30
Фрукты	150	200	
4 Д Е Н Ь	<b>Завтрак</b>		
	Каша вязкая, молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»	150	200
	Кофейный напиток с молоком	180	200
	Батон с маслом и сыром	20/4/9	30/5/14
	<b>II Завтрак</b>		
	Кисломолочный напиток	130	150
	<b>Обед</b>		
	Икра из отварной свеклы	40	60
	Суп картофельный на курином бульоне с макаронными изделиями	180	200
	Суфле из отварной курицы	60	70
	Компот из сухофруктов	150	200
	Хлеб пшеничный	20	20
	Хлеб ржаной	40	50
	<b>Уплотненный полдник</b>		
	Рыба тушеная с овощами в сметанном соусе	70/18	80/20
	Рис отварной	120	150
	Чай с лимоном	180/4	200/5
Кондитерское изделие	20	40	
Батон	20	30	

День недели	Наименование блюда	Дети до 3 лет	Дети с 3 – 7 лет
5 Д Е Н Ь	<b>Завтрак</b>		
	Каша вязкая манная молочная	150	200
	Кофейный напиток с молоком	180	200
	Бутиерброд с маслом	20/4	30/5
	<b>II Завтрак</b>		
	Кисломолочный напиток	130	150
	Батон	20	30
	<b>Обед</b>		
	Свекольник со сметаной	180/5	200/6
	Жаркое по – домашнему	150	180
	Компот из сухофруктов	150	200
	Хлеб пшеничный	20	20
	Хлеб ржаной	40	50
	<b>Уплотненный полдник</b>		
	Икра морковная с маслом	40	60
	Омлет натуральный с маслом	150	180
	Сок фруктовый	200	200
	Пирожок с капустой	60	70
Фрукты	150	200	
6 Д Е Н Ь	<b>Завтрак</b>		
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200
	Кисель	180	200
	Кондитерское изделие	20	40
	<b>II Завтрак</b>		
	Кисломолочный напиток	130	150
	Батон	20	30
	<b>Обед</b>		
	Рассольник со сметаной	180/6	200/7
	Капуста тушеная с мясом	130	150
	Компот из сухофруктов	150	200
	Хлеб пшеничный	20	20
	Хлеб ржаной	40	50
	<b>Уплотненный полдник</b>		
	Запеканка из творога (с молоком сгущенным)	150/30	200/40
	Пирожок с печенью	60	70
	Чай с лимоном	180/4	200/5

День недели	Наименование блюда	Дети до 3 лет	Дети с 3 – 7 лет
7 Д Е Н Ь	<b>Завтрак</b>		
	Каша вязкая пшеничная молочная	150	200
	Какао с молоком	180	200
	Батон с маслом и сыром	20/4/9	30/5/14
	<b>II Завтрак</b>		
	Кисломолочный напиток	130	150
	<b>Обед</b>		
	Икра морковная	40	60
	Свекольник со сметаной	180/6	200/7
	Гуляш из говядины	60	70
	Каша гречневая рассыпчатая	110	140
	Компот из сухофруктов	150	200
	Хлеб пшеничный	20	20
	Хлеб ржаной	40	50
	<b>Уплотненный полдник</b>		
	Рыба по – польски	150	200
	Икра кабачковая	20	30
	Чай с лимоном	180/4	200/5
	Фрукты	150	200
	Батон	20	30
8 Д Е Н Ь	<b>Завтрак</b>		
	Каша вязкая манная молочная	150	200
	Кофейный напиток с молоком	180	200
	Бутерброд с маслом	20/4	30/5
	<b>II Завтрак</b>		
	Кисломолочный напиток	130	150
	<b>Обед</b>		
	Салат из зеленого горошка	20	30
	Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной	180/6	200/7
	Котлета из говядины	60	70
	Картофельное пюре	110	130
	Компот из сухофруктов	150	200
	Хлеб пшеничный	20	20
	Хлеб ржаной	40	50
	<b>Уплотненный полдник</b>		
	Пудинг творожный с яблоком и сгущенным молоком	150/15	200/30
Сок фруктовый	200	200	
Батон	20	30	

День недели	Наименование блюда	Дети до 3 лет	Дети с 3 – 7 лет
9 Д Е Н Ь	<b>Завтрак</b>		
	Каша вязкая пшеничная молочная	150	200
	Кофейный напиток с молоком	180	200
	Батон с маслом и сыром	20/4/9	30/5/9
	<b>II Завтрак</b>		
	Кисломолочный напиток	130	150
	<b>Обед</b>		
	Суп овощной на курином бульоне со сметаной	180/3	200/5
	Запеканка вермишелевая с мясом курицы	150	180
	Компот из сухофруктов	150	200
	Хлеб пшеничный	20	20
	Хлеб ржаной	40	50
	<b>Уплотненный полдник</b>		
	Рагу из овощей	150	200
	Чай с сахаром	180	200
	Кондитерское изделие	20	40
	Батон	20	30
Фрукты	150	200	
10 Д Е Н Ь	<b>Завтрак</b>		
	Каша вязкая, молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»	150	200
	Чай с лимоном	180/4	200/5
	Бутерброд с маслом	20/4	30/5
	<b>II Завтрак</b>		
	Кисломолочный напиток	130	150
	Батон	20	30
	<b>Обед</b>		
	Борщ с капустой свежей, со сметаной	180/6	200/7
	Плов с мясом	150	180
	Компот из сухофруктов	150	200
	Хлеб пшеничный	20	20
	Хлеб ржаной	40	50
	<b>Уплотненный полдник</b>		
	Икра из отварной свеклы	40	60
	Сок фруктовый	200	200
	Булочка сдобная	60	70
Омлет натуральный с маслом	150	200	

Пронумеровано, прошнуровано и скреплено  
печатью \_\_\_\_\_ листов.

Заведующий МДОУ «ЦРР - детский сад № 255»

/ Н.П. Гусева /

