

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ

М.В. Романова

Директор
05.08.2021г.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

**Для детей с 1 года до 3 лет в дошкольных
образовательных учреждениях
на 2021г
(сентябрь, октябрь)**

ЯСЛИ 1-3 НЕДЕЛЯ

2021 (СЕНТЯБРЬ, ОКТЯБРЬ)

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Наименование блюд	Наименование блюд	Наименование блюд	Наименование блюд	Наименование блюд
ЗАВТРАК				
Омлет натуральный	Каша жидкая пшённая	Омлет натуральный	Каша жидкая пшеничная	Каша жидкая манная
Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом
Чай с лимоном	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком
				Яйцо вареное
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Фрукты (яблоко)	Фрукты (груша)	Фрукты (мандарин)	Фрукты (груша)	Фрукты (банан)
Сок яблочный	Сок яблочный	Сок яблочный	Сок яблочный	Сок яблочный
ОБЕД				
Салат из моркови	Салат из кукурузы (консервированной)	Салат из свеклы	Икра морковная	Салат из свеклы с сыром
Суп картофельный с крупой на мясном бульоне	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	Суп картофельный на курином бульоне	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	Суп с рыбными консервами
Пудинг из творога с рисом	Биточки рубленые	Фрикадельки из птицы	Запеканка из печени	Жаркое по - домашнему
Соус молочный (сладкий)	Макаронные изделия отварные с маслом	Капуста тушеная	Соус сметанный	Напиток из плодов шиповника
Компот из сушёных фруктов	Компот из изюма	Кисель из черной смородины	Компот из сушёных фруктов	Хлеб ржаной
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	
ПОЛДНИК				
Кефир	Снежок	Йогурт питьевой	Кефир	Снежок
Пряник	Плюшка сдобная	Полоска песочная	Ватрушка с яблоками	Печенье
УЖИН				
Винегрет овощной	Салат овощной из свеклы с яблоками	Салат из моркови и яблочек	Салат из капусты	Салат из картофеля с горошка зелёного консервированного
Тефтели мясные	Зразы рыбные с яйцом	Сырники из творога	Котлеты рыбные запеченные в сметанном соусе	Голубцы ленивые
Капуста тушеная	Рис припущенный	Соус черносмородиновый	Пюре картофельное	Соус сметанный с томатом
Чай с сахаром	Соус сметанный	Чай с сахаром	Чай с лимоном	Чай с сахаром
Хлеб ржаной	Чай с сахаром	Батон	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный	Лук зелёный (на весь день)	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Лук зелёный (на весь день)	Лук зелёный (на весь день)	Укроп (на весь день)	Укроп (на весь день)	Лук зелёный (на весь день)
Укроп (на весь день)	Укроп (на весь день)			Укроп (на весь день)

ЯСЛИ 2-4 НЕДЕЛЯ					2021 (СЕНТЯБРЬ, ОКТЯБРЬ)				
Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Наименование блюд		Наименование блюд		Наименование блюд		Наименование блюд		Наименование блюд	
ЗАВТРАК									
Каша жидкая кукурузная на стерилизованном молоке		Суп молочный с макаронными изделиями		Омлет натуральный		Каша жидкая пшенно-рисовая		Каша жидкая ячневая	
Бутерброд с маслом		Бутерброд с маслом и сыром		Бутерброд с маслом и сыром		Бутерброд с маслом		Бутерброд с маслом	
Чай с лимоном		Кофейный напиток с молоком		Какао с молоком		Чай с сахаром		Кофейный напиток с молоком	
Яйцо вареное									
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
Фрукты (яблоко)		Фрукты (груша)		Фрукты (банан)		Фрукты (груша)		Фрукты (апельсин)	
Сок яблочный		Сок яблочный		Сок яблочный		Сок яблочный		Сок яблочный	
ОБЕД									
Салат из моркови		Винегрет овощной		Салат из кукурузы (консервированной)		Икра морковная		Салат из капусты	
Суп картофельный с клецками на мясном бульоне		Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне		Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне		Суп картофельный с мясными фрикадельками		Суп с рыбными консервами	
Лапшевник из творога		Фрикадельки мясные в соусе		Котлеты рубленые из птицы		Запеканка из печени		Рулет с луком и яйцом	
Соус молочный (сладкий)		Рис припущенный		Рагу из овощей		Соус сметанный		Каша рассыпчатая гречневая	
Компот из сушёных фруктов		Напиток из плодов шиповника		Кисель из черной смородины		Компот из изюма		Соус сметанный с томатом	
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной		Хлеб ржаной		Хлеб ржаной		Компот из сушёных фруктов	
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный	
ПОЛДНИК									
Кефир		Снежок		Йогурт питьевой		Кефир		Снежок	
Гренки из пшеничного хлеба		Плюшка сдобная		Полоска песочная		Крендель сахарный		Гренки из пшеничного хлеба	
Мармелад									
УЖИН									
Салат из свеклы		Салат из капусты		Салат из моркови и яблок				Салат из картофеля с горошка зелёного консервированного	
Котлета рубленая мясная		Тефтели рыбные тушеные в сметанном соусе		Вареники ленивые с маслом		Котлеты рыбные любительские с маслом сливочным		Мясо тушёное с овощами в соусе	
Капуста тушёная		Пюре картофельное		Соус абрикосовый		Картофель запеченный в сметанном соусе		Чай с сахаром	
Чай с сахаром		Чай с лимоном		Чай с сахаром		Чай с лимоном		Хлеб ржаной	
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной		Батон		Хлеб ржаной		Хлеб пшеничный	
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный				Хлеб пшеничный			
Лук зелёный (на весь день)		Укроп (на весь день)		Лук зелёный (на весь день)		Лук зелёный (на весь день)		Укроп (на весь день)	
Укроп (на весь день)				Укроп (на весь день)		Укроп (на весь день)			