

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МДОУ детский сад "Родничок"

 Золотухина Р.А.

Приказ 84 от 30.05.2025 г.



20-ти дневное цикличное меню

для организации питания детей в возрасте 1-3, 3-7 лет,

посещающих МДОУ детский сад "Родничок"

(на период с 01.06.2025 г. по 31.08.2025 г.)

(составлено по методическим рекомендациям "Питание детей в Ярославской области" и в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения")

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ 1 – 2 неделя (летний период)

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
завтрак									
Каша манная молочная; кофейный напиток с молоком; кондитерское изделие	Масло сливочное (порц); каша пшеничная молочная; какао с молоком; Хлеб пшеничный	Масло сливочное (порц); каша молочная пшеничная; кофейный напиток с молоком; хлеб пшеничный	Масло сливочное (порц); каша молочная из овсяных хлопьев; кофейн. нап. с молоком; Хлеб пшеничный	Масло сливочное (порц); каша рисовая молочная; кофейный напиток с мол.; хлеб пшеничный	Макаронные изделия отварные со слив. маслом; Кофейный напиток; Кондитерское изделие	Масло сливочное (порц); каша пшеничная молочная; кофейн напиток; хлеб пшеничный	Масло сливочное (порц); Каша молочная из овсяных хлопьев; какао с молоком; хлеб пшеничный	Масло сливочное (порц); каша молочная пшеничная; кофейный напиток с молоком; хлеб пшеничный	Масло сливочное (порц); Каша молочная «Дружба»; кофейный напиток с молоком; хлеб пшеничный
второй завтрак									
Сок фруктовый	Фрукт-свежий	Фрукт-свежий	Фрукт-свежий	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Фрукт-свежий	Сок фруктовый	Фрукт-свежий	Сок фруктовый
обед									
Огурец свежий Суп картофельный с яичными хлопьями исметаной; Плов с мясом; Напиток из черной смородины; хлеб ржаной	Помидор свежий; Суп с макаронными изделиями и курицей; котлета из курицы; капуста тушеная кисель из джема; хлеб ржаной	Огурец свежий; Суп картофельный с бобовыми курицей; котлета рыбная; пюре картофельное; Напиток и плодов шиповника хлеб ржаной	Щи из свежей капусты с мясом и сметаной; Тефтели из мяса с рисом и томатным соусом; Свекла тушеная; Компот из смеси сухофруктов; хлеб ржаной	Помидор свежий; Суп картоф. с мясом фасолью; Печень по-строгановски; макароны отварные; Напиток из пл. шиповника; хлеб ржаной	Суп картофельный с мясом и зеленым горошком; Котлета мясная; Каша гречневая с соусом красным; кисель из джема; хлеб ржаной	Огурец свежий Свекольник с курицей и сметаной; Плов с курицей; напиток из плодов шиповника; хлеб ржаной	Помидор свежий; Рассольник ленинградский с курицей; Тефтели рыбные с соусом красным; Компот из кураги; хлеб ржаной	Помидор свежий; Суп картофельный с рыбными консервами (горбуша); Голубцы любительские с соусом красным; Напиток из плодов шиповника; хлеб ржаной	Огурец свежий; борщ с мясом и сметаной; Жаркое по-домашнему; Компот из смеси сухофруктов; хлеб ржаной
полдник									
Чай без сахара Хлеб пшеничный с повидлом	Напиток кисломолочный с сахаром; Хлеб пшеничный	Чай без сахара; Кондитерское изделие	Чай с сахаром; Хлеб пшеничный с сыром (порционно)	Какао с молоком; ватрушка из дрож. теста с творогом	Чай без сахара; хлеб пшеничный с повидлом	Напиток кисломолочный с сахаром; хлеб пшеничный	Кофейный напиток с молоком; Хлеб пшеничный с сыром	Чай без сахара; Кондитерское изделие	Какао на молоке; Сдоба обыкновенная
ужин									
Запеканка капустная с яйцом; Соус молочный Чай с сахаром; хлеб пшеничный	Сырники из творога; Соус сметанный сладкий; Чай с сахаром; хлеб пшеничный	Омлет натуральный; Кукуруза сахарная отв.; Чай с сахаром; хлеб пшеничный	Лапшевник с творогом; Соус сметанный сладкий; Чай с сахаром; хлеб пшеничный	Рагу овощное с мясом; Чай с сахаром; хлеб пшеничный	Омлет натуральный; чай с сахаром; хлеб пшеничный с сыром (порционно)	Запеканка из творога; соус сметанный Чай с сахаром; хлеб пшеничный	Суфле из печени говяжьей Рагу овощное; Чай с сахаром; хлеб пшеничный	Запеканка морковная с творогом И гущенным молоком; Чай с сахаром; хлеб пшеничный	Омлет с сыром; Зеленый горошек отварной; чай с сахаром; хлеб пшеничный

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ 3 – 4 неделя (летний период)

11 день	12 день	13 день	14 день	15 день	16 день	17 день	18 день	19 день	20 день
завтрак									
Каша молочная из овсяных хлопьев; кофейный напиток; кондитерское изделие	Масло сливочное (порц); каша пшеничная молочная; какао с молоком; Хлеб пшеничный	Масло сливочное (порц); каша «Дружба» молочная; кофейный напиток с мол.; хлеб пшеничный	Масло сливочное (порц); каша манная молочная; какао с молоком; Хлеб пшеничный	Масло сливочное (порц); каша пшеничная молочная; кофейный напиток с мол.; хлеб пшеничный	Макаронные изделия отварные; Кофейный напиток; Кондитерское изделие	Масло сливочное (порц); каша пшеничная молочная; кофейный напиток; хлеб пшеничный	Масло сливочное (порц); омлет натуральный; какао с молоком; хлеб пшеничный	Масло сливочное (порц); каша молочная из овсяных хлопьев; кофейный напиток с молоком; хлеб пшеничный	Масло сливочное (порц); Каша пшеничная мол; кофейный напиток с молоком; хлеб пшеничный
второй завтрак									
Сок фруктовый	Фрукт свежий	Фрукт свежий	Фрукт свежий	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Фрукт свежий	Сок фруктовый	Фрукт свежий	Сок фруктовый
обед									
Икра кабачковая Суп картофельный с рыбными консервами; Гуляш; Рис отварной; Напиток из черной смородины; Хлеб ржаной	Огурец свежий; Суп с макаронными изделиями и курицей; Картофель тушеный с курицей; Компот из смеси сухофруктов; Хлеб ржаной	Борщ с фасолью, курицей и сметаной; Суфле из печени говяжьей; Каша гречневая рассыпчатая; соус красный; напиток и плодов шиповника хлеб ржаной	Помидор свежий; Щи из свежей капусты с мясом и сметаной; Биточки рыбные; Пюре картофельное; компот из кураги; Хлеб ржаной	Суп картоф. с бобовыми (горохом луц.) и мясом; «ёжики» мясные с соусом красным; Свекла тушеная; напиток из пл. шиповника; Хлеб ржаной	Суп картофельный с мясом и клецками; Котлета мясная; Каша гречневая с соусом красным; Компот из смеси сухофруктов; Хлеб ржаной	Огурец свежий; Суп с крупой рисовой и курицей; Котлета куриная; капуста тушеная; ;кисель из джема; Хлеб ржаной	Помидор свежий; Рассольник ленинградский с курицей; Рыба, тушеная с овощами в томате; рис отварной.; Компот из смеси сухофруктов; Хлеб ржаной	Помидор свежий; Суп картофельный с яйцом и сметаной; Голубцы любительские с соусом красным.; Свекла тушеная; напиток из плодов шиповника; Хлеб ржаной	Свекольник с мясом и сметаной; Печень по-строгановски; Макароны отварные; Соус красный; компот из смеси сухофруктов; Хлеб ржаной
полдник									
Чай с сахаром Хлеб пшеничный с с повидлом	Напиток кисломолочный с сахаром; Хлеб пшеничный	Чай с сахаром; Хлеб пшеничный с сыром (порционно)	Молоко кипяченое; кондитерское изделие	Чай с сахаром; пирожок печенный из дрож. теста с повидлом	Чай с сахаром; хлеб пшеничный с сыром (порционно)	Напиток кисломолочный с сахаром; хлеб пшеничный	Кофейный напиток с молоком; сдоба обыкновенная	Чай без сахара; кондитерское изделие	Молоко кипяченое; кондитерское изделие
ужин									
Макароны запеченные с сыром; Горошек зеленый отварной Чай с сахаром; хлеб пшеничный	Вареники ленивые; Соус сметанный сладкий; Чай с сахаром; хлеб пшеничный	Омлет натуральный; Кукуруза сахарная отв.; Чай с сахаром; хлеб пшеничный	Пудинг из творога с рисом; Соус сметанный сладкий; Чай с сахаром; хлеб пшеничный	Рыба запеченная в омлете; Чай с сахаром; хлеб пшеничный	Биточки манные с киселем из джема; чай с сахаром; хлеб пшеничный	Запеканка из творога и моркови со сгущен. молок.; Чай с сахаром; хлеб пшеничный	Рагу овощное с мясом; Чай с сахаром; хлеб пшеничный	Сырники из творога; Соус сметанный сладкий; Чай с сахаром; хлеб пшеничный	Огурец соленый; запеканка картофельная с мясом; чай с сахаром; хлеб пшеничный