



Утверждаю
Заведующий
МДОУ детского сада «Родничок»
Золотухина Р.А.
Приказ № 106 от 31.05.2023г.

20-ти дневное цикличное меню
для организации питания детей в возрасте 1,5-3, 3-7 лет,
посещающих МДОУ детский сад «Родничок»
(на период с 01.06.2023г. по 31.08.2023г.)

(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»)



Утверждаю
 [Подпись] заведующий
 Золотухина
 Раиса Александровна

31.05.2023

МЕНЮ (летний период) 1-2 неделя

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно)	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно)	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно)	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно)	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно)	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно)	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно)	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно)
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ «Геркулес»	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ «Геркулес»	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	КАША МОЛОЧНАЯ «Дружба»
ПЕЧЕНЬЕ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком	КАКАО НА МОЛОКЕ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком	ПЕЧЕНЬЕ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком	КАКАО НА МОЛОКЕ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
II Завтрак									
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	БАНАН	ЯБЛОКО	АПЕЛЬСИН	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	ЯБЛОКО	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	АПЕЛЬСИН	СОК ЯБЛОЧНЫЙ
Обед									
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (порционно)	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (порция)	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (порция)	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с мясом и сметаной	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (порция)	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (порция)	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (порция)	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (порция)	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (порция)
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯИЧНЫМИ ХЛОПЬЯМИ и сметаной	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горохом луценым) и курицей	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С РИСОМ с томатным соусом	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	СВЕКОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	РАССОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с рыбными консервами	БОРЩ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ
ПЛОВ С МЯСОМ	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	КОТЛЕТА РЫБНАЯ, ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ КРАСНЫМ	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ с соусом сметанным	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	СОУС КРАСНЫЙ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ
ХЛЕБ РЖАНОЙ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ
	ХЛЕБ РЖАНОЙ			ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ				
Полдник									
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ с сахаром	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	ЧАЙ С САХАРОМ	КАКАО С МОЛОКОМ	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ с сахаром	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	КАКАО НА МОЛОКЕ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ с повидлом	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ПРЯНИК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ (порцион.)	ВАТРУШКА из дрожжевого теста с творогом	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ с повидлом	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ с повидлом	ПЕЧЕНЬЕ	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ
Ужин									
ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ с яйцом и соусом молочным	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА со СМЕТАНЫМ СОУСОМ	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ, СОУС СМЕТАННЫЙ	РАГУ ОВОЩНОЕ с мясом	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ ГОВЯЖЬЕЙ	ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ и сгущенным молоком	ОМЛЕТ С СЫРОМ

ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	РАГУ ОВОЩНОЕ	ЧАЙ С САХАРОМ 190/7	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ЧАЙ С САХАРОМ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЧАЙ С САХАРОМ
		СЫР ПОРЦИОННЫЙ					ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ



Утверждаю
Заведующий *Ю.А.*
Золотухина Раиса
Александровна

31.05.2023

МЕНЮ (летний период) 3 – 4 неделя

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	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционное)	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционное)	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционное)	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционное)	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционное)	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционное)	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционное)	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционное)
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	КАША «ДРУЖБА» МОЛОЧНАЯ	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗ МОЛОКА	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	СУП МОЛОЧНЫЙ с макаронными изделиями (вермишель)	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ
ВАФЛИ	КАКАО С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КАКАО С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	ПЕЧЕНЬЕ	ЧАЙ С САХАРОМ	КАКАО С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
II Завтрак									
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	БАНАН	ЯБЛОКО	АПЕЛЬСИН	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	БАНАН 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	ЯБЛОКО	СОК ЯБЛОЧНЫЙ
Обед									
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (порционно)	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (порционно)	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ и горохом лушеным	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ И КЛЕЦКАМИ	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (порция)	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (порционно)	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (порционно)	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	СУП С КРУПой РИСОВОЙ И КУРИЦЕЙ	ПЕЧЕНЬ ПО - СТРОГАНОВСКИ	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ КРАСНЫМ	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	СВЕКОЛЬНИК с курицей и сметаной	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯИЧНЫМИ ХЛОПЬЯМИ и сметаной	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ ГОВЯЖЬЕЙ
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРИЦЕЙ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ С СОУСОМ КРАСНЫМ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с соусом томатным
РИС ОТВАРНОЙ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ с соусом томатным	РИС ОТВАРНОЙ	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ
ХЛЕБ РЖАНОЙ			ХЛЕБ РЖАНОЙ			ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ		
Полдник									
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ с сахаром	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	ЧАЙ С САХАРОМ	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ с сахаром	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ (порционно)	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИЙ из дрожжевого теста с капустой и яйцом	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ (порционно)	ПЕЧЕНЬЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ со стуженным молоком	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	ПЕЧЕНЬЕ	ПРЯНИК
Ужин									
МАКАРОННИК	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, горошек зеленый отварной	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со сметанным соусом	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И МОРКОВИ со стуженным молоком	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ
СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (БЕЗ МОЛОКА)	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ
ЧАЙ С САХАРОМ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ					СЫР (порционно)				