

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

Краснодарский край

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА-

ДЕТСКИЙ САД № 28 г. СОЧИ (МДОУ ЦРР-детский сад № 28)

**ПРИКАЗ**

01.12.2020 г.

№ 273/1

«Об утверждении  
примерного десятидневного меню  
на зимне-весенний период»

В соответствии с Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 - ФЗ от 29.12.2012 г., ст. 37 п. 1; Постановлением государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», с целью обеспечения полноценного сбалансированного питания детей, посещающих МДОУ ЦРР-детский сад № 28

Приказываю:

1. Утвердить примерное 10-ти дневное меню на зимне-весенний период для детей в возрасте от 1,5 до 3 лет и от 3 до 7 лет.
2. Руководствоваться в работе утвержденными технологическими карточками.
3. Продолжать работу бракеражной комиссии в соответствии с определенным функционалом в составе: Сазыкина Н.С., Крина В.Г., Жаркова Г.В.
4. Заместителю заведующей по ВМР Сазыкиной Н.С., медсестре (диетической) Крипе В.Г. разъяснить воспитателям, ответственным за организацию питания в своих группах, изменения в примерном 10-дневном меню для детей в зимне-весенний период.
5. Контроль за выполнением данного приказа оставляю за собой.

Заведующая МДОУ ЦРР – детского сада № 28

И.Л. Чуднецова

С приказом ознакомлены:

*Жаркова Г.В.*

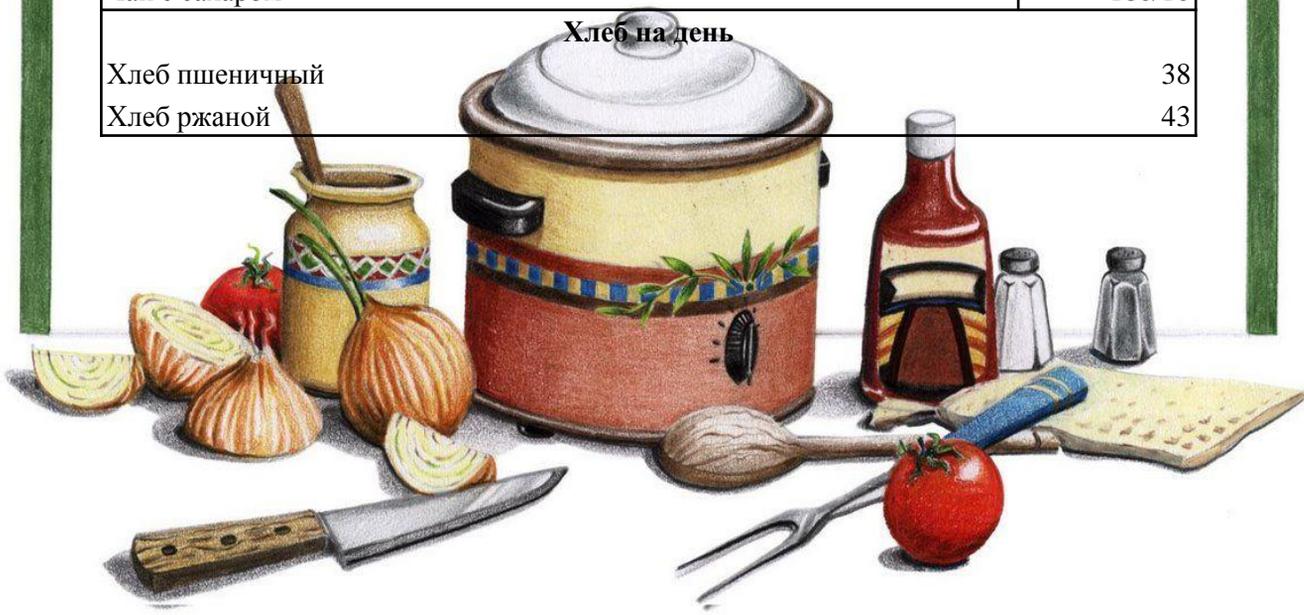


*Чуднецова И.Л.*  
*Сазыкина Н.С.*  
*Крипа В.Г.*

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая МДОУ ЦРР –  
детский сад №28  
Чуднецова И.Л.

## Плановое 10-ти дневное меню Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>1 неделя понедельник</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Суп молочный с рисовой крупой	200
Бутерброды с сыром	30/5/15
Чай с сахаром	180/10
<b>Второй завтрак</b>	
Кондитерские изделия	25
Фрукты по сезону	97
Сок	170
<b>Обед</b>	
Суп картофельный с горохом	200
Жаркое по-домашнему	60/90
Салат из свеклы с огурцами солеными	50
Компот из смеси сухофруктов	200
<b>Полдник</b>	
Омлет с зеленым горошком	80/5
Икра кабачковая	50
Чай с сахаром	180/10
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	38
Хлеб ржаной	43



## Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>1 неделя вторник</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	190/5/5
Бутерброды с маслом	30/10
Кофейный напиток с молоком	180
<b>Второй завтрак</b>	
Кефир	180
Фрукты по сезону	97
<b>Обед</b>	
Рассольник ленинградский со сметаной	200
Капуста тушеная	150
Котлеты из говядины на пару	60
Свекла отварная протертая	60
Компот из смеси сухофруктов	200
<b>Полдник</b>	
Запеканка из творога	100
Кисель	200
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	28
Хлеб ржаной	43



## Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>1 неделя среда</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Макароны, запеченные с сыром	160/5
Бутерброды с маслом	30/10
Какао с молоком	180
<b>Второй завтрак</b>	
Кондитерские изделия	25
Фрукты по сезону	97
Сок	170
<b>Обед</b>	
Суп картофельный с мучными клецками	200/20
Плов из птицы	80/130
Огурцы соленые	50
Компот из смеси сухофруктов	200
<b>Полдник</b>	
Чай с сахаром	180/10
Оладьи (с джемом)	130
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	38
Хлеб ржаной	43



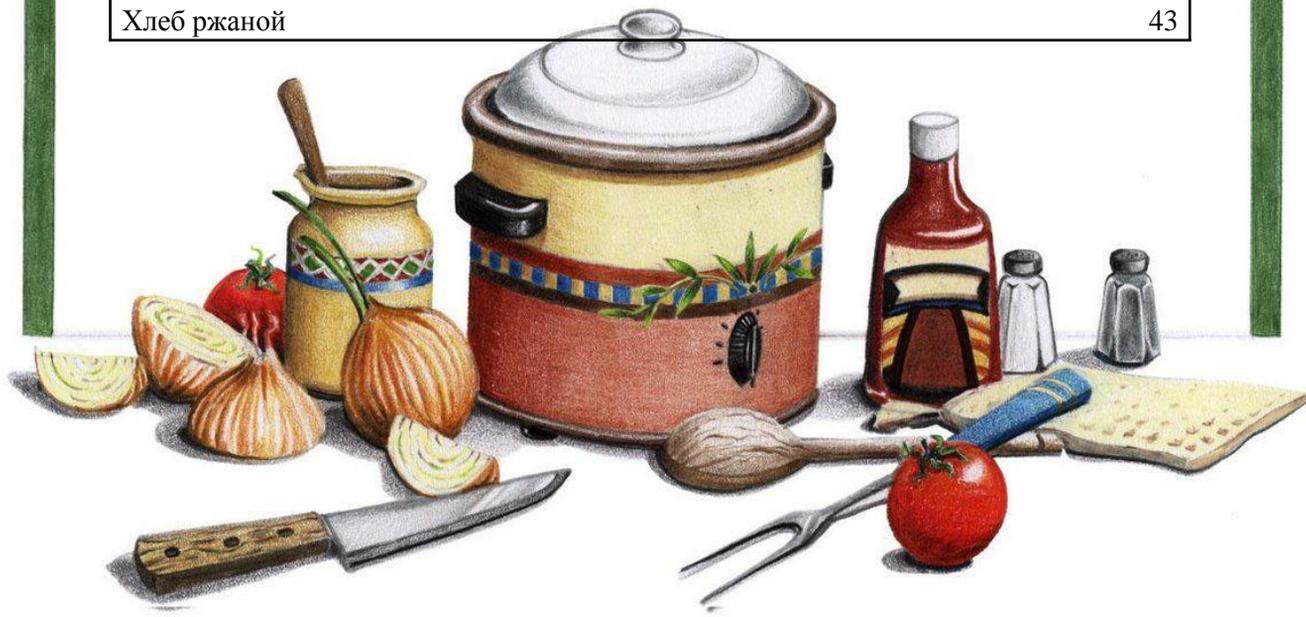
## Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>1 неделя четверг</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Каша гречневая (гарнир)	100
Сосиски отварные	60
Кофейный напиток с молоком	180
<b>Второй завтрак</b>	
Кондитерские изделия	25
Фрукты по сезону	97
Молоко кипяченое	180
<b>Обед</b>	
Борщ с мясом	200
Картофельное пюре	150
Рыба запеченная	80
Свекла тушенная	120
Компот из смеси сухофруктов	200
<b>Полдник</b>	
Рагу из овощей	150
Чай с сахаром	180/10
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	68
Хлеб ржаной	43



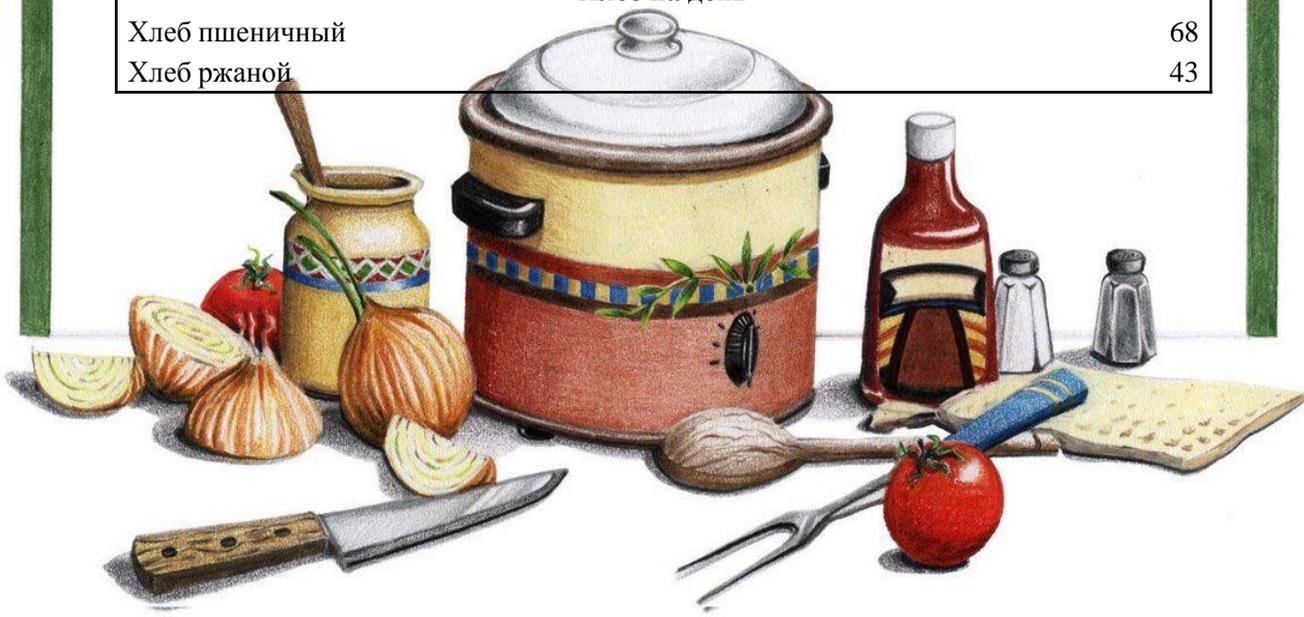
## Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>1 неделя пятница</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Запеканка из творога	100
Какао с молоком	180
<b>Второй завтрак</b>	
Кефир	180
Фрукты по сезону	97
<b>Обед</b>	
Щи из свежей капусты	200
Картофельное пюре	150
Тефтели мясные	80
Помидоры соленые	50
Компот из смеси сухофруктов	200
<b>Полдник</b>	
Суп молочный с макаронными изделиями	180/10
Булочка	50
Чай с сахаром	200
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	68
Хлеб ржаной	43



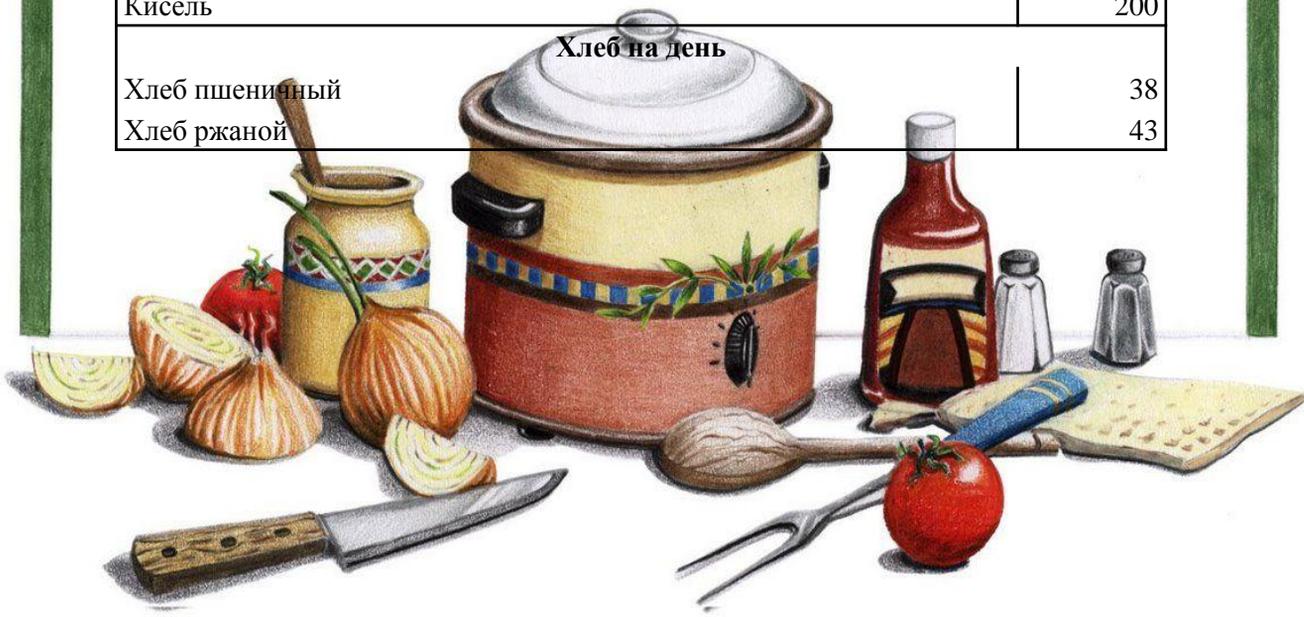
## Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>2 неделя понедельник</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Каша манная	180/10
Яйца вареные	1 шт.
Чай с сахаром	200
<b>Второй завтрак</b>	
Кондитерские изделия	25
Фрукты по сезону	97
Сок	170
<b>Обед</b>	
Суп картофельный с фасолью	200
Макаронные изделия отварные с маслом	150
Гуляш из отварного мяса	80/80
Свекла отварная	60
Компот из смеси сухофруктов	200
<b>Полдник</b>	
Суп молочный с пшеном	200
Кефир	180
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	68
Хлеб ржаной	43



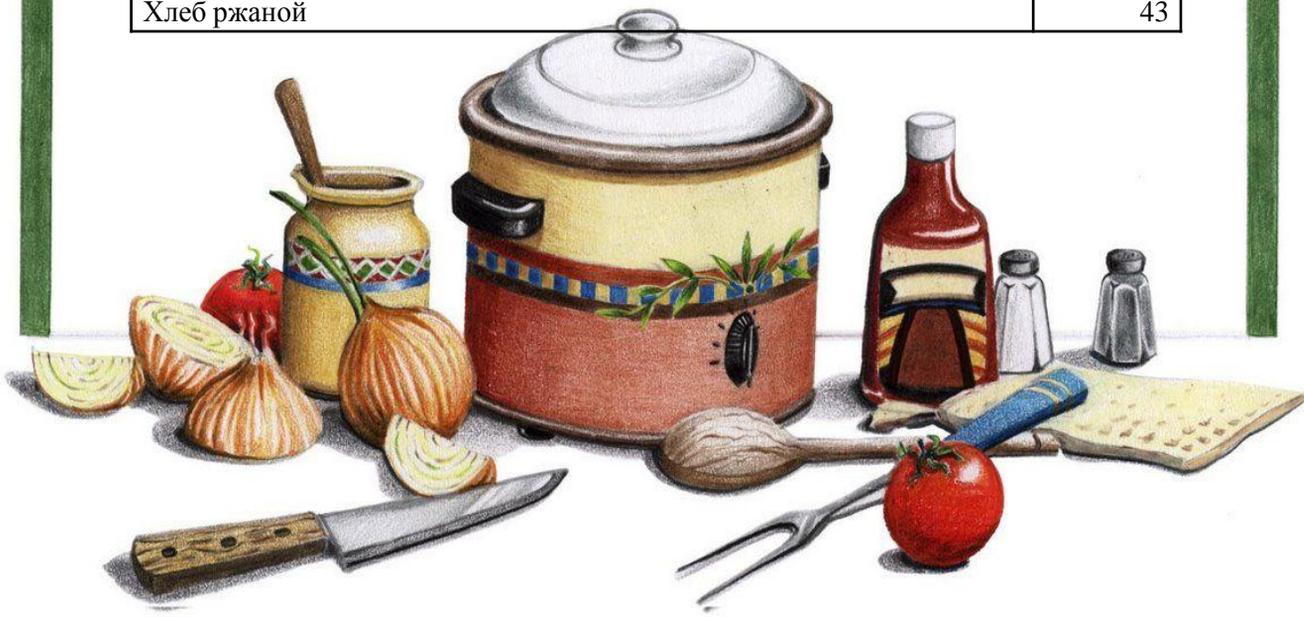
## Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>2 неделя вторник</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Запеканка из творога	100
Бутерброды с маслом	30/10
Какао с молоком	180
<b>Второй завтрак</b>	
Фрукты по сезону	97
Чай с молоком	180
<b>Обед</b>	
Суп с рыбными консервами	200
Картофель отварной	135
Капуста тушеная	100
Рыба, запеченная в соусе с овощами	80
Салат из свеклы с огурцами солеными	50
Компот из смеси сухофруктов	200
<b>Полдник</b>	
Каша гречневая вязкая молочная	190/5/5
Булочка	50
Кисель	200
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	38
Хлеб ржаной	43



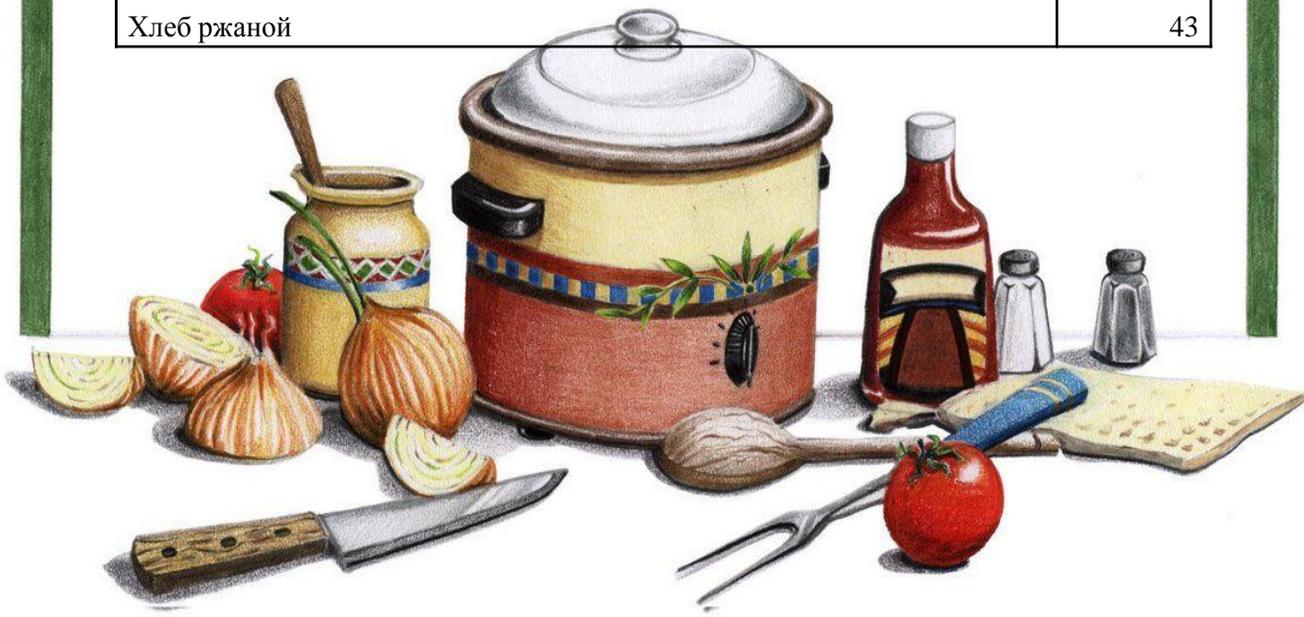
## Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>2 неделя среда</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Каша пшеничная вязкая молочная	200
Бутерброды с сыром	30/5/15
Чай с сахаром	180/10
<b>Второй завтрак</b>	
Кондитерские изделия	25
Фрукты по сезону	97
Сок	170
<b>Обед</b>	
Борщ со свеклой	200
Птица, тушенная в соусе с овощами	180
Огурцы соленые	50
Компот из смеси сухофруктов	200
<b>Полдник</b>	
Омлет с кукурузой	80/5
Чай с молоком	180
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	38
Хлеб ржаной	43



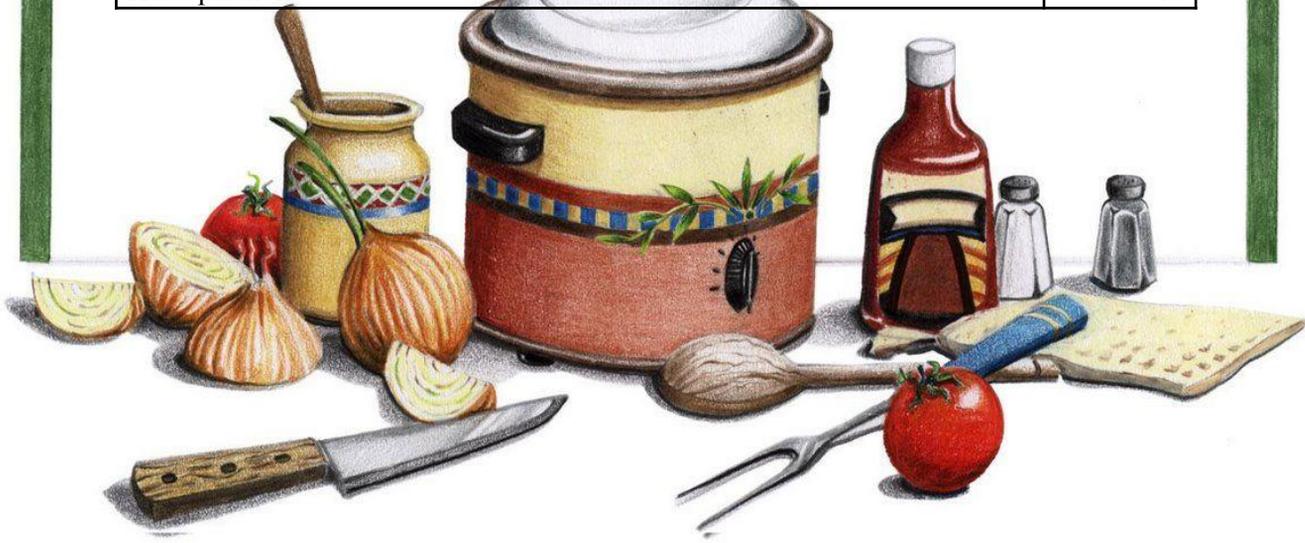
## Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>2 неделя четверг</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	190/5/5
Кофейный напиток с молоком	180
<b>Второй завтрак</b>	
Кондитерские изделия	25
Фрукты по сезону	97
Сок	170
<b>Обед</b>	
Суп картофельный с крупой пшенной	200
Картофельное пюре	150
Бефстроганов из ПЕЧЕНИ	80
Свекла отварная протертая	60
Компот из смеси сухофруктов	200
<b>Полдник</b>	
Оладьи из творога со сгущенным молоком	100
Чай с сахаром	180/10
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	68
Хлеб ржаной	43



## Сад 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>2 неделя пятница</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Суп молочный с хлопьями овсяными "Геркулес"	200
Бутерброды с сыром	30/5/15
Какао с молоком	180
<b>Второй завтрак</b>	
Кефир	180
Фрукты по сезону	97
<b>Обед</b>	
Суп картофельный с крупой рисовой	200
Свекла тушенная	120
Котлеты из говядины на пару	60
Огурцы соленые	50
Помидоры соленые	50
Компот из смеси сухофруктов	200
<b>Полдник</b>	
Рагу из овощей	150
Кофейный напиток с молоком	180
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	28
Хлеб ржаной	43



# Плановое 10-ти дневное меню

Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>1 неделя понедельник</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Суп молочный с рисовой крупой	200
Бутерброды с сыром	45
Чай с сахаром	140/10
<b>Второй завтрак</b>	
Кондитерские изделия	10
Фрукты по сезону	92
Сок	170
<b>Обед</b>	
Суп картофельный с горохом	200
Жаркое по-домашнему	170
Салат из свеклы с огурцами солеными	50
Компот из смеси сухофруктов	170
<b>Полдник</b>	
Омлет с зеленым горошком	65
Икра кабачковая	50
Чай с сахаром	140/10
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	21
Хлеб ржаной	34

## Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>1 неделя вторник</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	200
Бутерброды с маслом	30/10
Кофейный напиток с молоком	150
<b>Второй завтрак</b>	
Фрукты по сезону	92
Кефир	150
<b>Обед</b>	
Рассольник ленинградский со сметаной	200
Капуста тушеная	100
Котлеты из говядины на пару	60
Свекла отварная протертая	60
Компот из смеси сухофруктов	170
<b>Полдник</b>	
Запеканка из творога	50
Кисель	150
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	21
Хлеб ржаной	34

## Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>1 неделя среда</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Макароны, запеченные с сыром	102
Бутерброды с маслом	30/10
Какао с молоком	150
<b>Второй завтрак</b>	
Фрукты по сезону	92
Сок	170
<b>Обед</b>	
Суп картофельный с мучными клецками	200/20
Плов из птицы	160
Огурцы соленые	50
Компот из смеси сухофруктов	170
<b>Полдник</b>	
Чай с сахаром	140/10
Оладьи (с джемом)	65
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	21
Хлеб ржаной	34

## Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>1 неделя четверг</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Каша гречневая вязкая (гарнир)	70
Яйца вареные	23
Масло (порциями)	7
Кофейный напиток с молоком	150
<b>Второй завтрак</b>	
Кондитерские изделия	10
Фрукты по сезону	92
Молоко кипяченое	150
<b>Обед</b>	
Борщ с мясом	180
Картофельное пюре	100
Рыба запеченная	60
Свекла тушенная	60
Компот из смеси сухофруктов	170
<b>Полдник</b>	
Рагу из овощей	80
Чай с сахаром	140/10
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	51
Хлеб ржаной	34

## Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>1 неделя пятница</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Запеканка из творога	50
Какао с молоком	150
<b>Второй завтрак</b>	
Фрукты по сезону	92
Кефир	150
<b>Обед</b>	
Щи из свежей капусты	200
Картофельное пюре	80
Тефтели мясные	60
Помидоры соленые	50
Компот из смеси сухофруктов	170
<b>Полдник</b>	
Суп молочный с макаронными изделиями	200
Булочка	50
Чай с сахаром	140/10
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	51
Хлеб ржаной	34

## Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>2 неделя понедельник</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Каша манная	200
Яйца вареные	1 шт.
Чай с сахаром	140/10
<b>Второй завтрак</b>	
Кондитерские изделия	10
Фрукты по сезону	92
Сок	170
<b>Обед</b>	
Суп картофельный с фасолью	200
Макаронные изделия отварные с маслом	100
Гуляш из отварного мяса	120
Свекла отварная	50
Компот из смеси сухофруктов	170
<b>Полдник</b>	
Суп молочный с пшеном	150
Кефир	150
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	51
Хлеб ржаной	34

## Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>2 неделя вторник</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Запеканка из творога	50
Бутерброды с маслом	30/10
Какао с молоком	150
<b>Второй завтрак</b>	
Фрукты по сезону	92
Чай с молоком	150
<b>Обед</b>	
Суп с рыбными консервами	200
Картофель отварной	100
Капуста тушеная	50
Рыба, запеченная в соусе с овощами	60
Салат из свеклы с огурцами солеными	50
Компот из смеси сухофруктов	170
<b>Полдник</b>	
Каша гречневая вязкая молочная	190/5/5
Булочка	50
Кисель	150
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	21
Хлеб ржаной	34

## Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>2 неделя среда</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Каша пшеничная вязкая молочная	150
Бутерброды с сыром	45
Чай с сахаром	140/10
<b>Второй завтрак</b>	
Кондитерские изделия	10
Фрукты по сезону	92
Сок	170
<b>Обед</b>	
Борщ со свеклой	200
Птица, тушенная в соусе с овощами	120
Огурцы соленые	50
Компот из смеси сухофруктов	170
<b>Полдник</b>	
Омлет с кукурузой	65
Чай с молоком	150
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	21
Хлеб ржаной	34

## Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>2 неделя четверг</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	190/5/5
Кофейный напиток с молоком	150
<b>Второй завтрак</b>	
Кондитерские изделия	10
Фрукты по сезону	92
Сок	170
<b>Обед</b>	
Суп картофельный с крупой пшениной	200
Картофельное пюре	100
Бефстроганов из ПЕЧЕНИ	60
Свекла отварная протертая	60
Компот из смеси сухофруктов	170
<b>Полдник</b>	
Оладьи из творога со сгущенным молоком	50
Чай с сахаром	140/10
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	51
Хлеб ржаной	34

## Ясли до 3 лет

Наименование блюда	Выход блюда (г)
<b><u>2 неделя пятница</u></b>	
<b>Завтрак</b>	
Суп молочный с хлопьями овсяными "Геркулес"	200
Бутерброды с сыром	45
Какао с молоком	150
<b>Второй завтрак</b>	
Фрукты по сезону	92
Кефир	150
<b>Обед</b>	
Суп картофельный с крупой рисовой	200
Свекла тушенная	60
Котлеты из говядины на пару	60
Огурцы соленые	50
Помидоры соленые	50
Компот из смеси сухофруктов	170
<b>Полдник</b>	
Рагу из овощей	105
Кофейный напиток с молоком	150
<b>Хлеб на день</b>	
Хлеб пшеничный	11
Хлеб ржаной	34