



Заведующий

МБДОУ №18 "Ясмина"

с. Новый Параул.

А.М.Исраилова.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

с 12 часовым пребыванием детей

от 2-х до 3 лет

Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение
Детский сад № 18 "Ясмина"

2020г.



УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ
«Детский сад № 18 «Ясмина»»
А.М. Исраилова.
М.П. « 18.04.2020 г. »

Меню от 2 до 3 лет (0-3)		ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
Структура меню по СанПиН (п.15.6)	1 неделя ПОНЕДЕЛЬНИК				
ЗАВТРАК (горячее блюдо)	Пшеничная каша молочная с маслом сливочным	Суп молочный с макаронными изделиями	Каша геркулесовая жидкая	Омлет натуральный	Каша манная
ЗАВТРАК (бутерброд)	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Бутерброд с маслом
ЗАВТРАК (напиток)	Чай с молоком	Чай с сахаром	Молоко	Какао с молоком	Чай с молоком
ЗАВТРАК 2 (п.15.4) (соки или фрукты)	Сок	Бананы	Яблоки	Сок	яблоки
ОБЕД 1 блюдо	Суп крестьянский со сметаной (пшено)	Борщ со сметаной	Суп гороховый	Суп с рыбными фрикадельками	Суп с клецками/хинкальный
ОБЕД 2 блюдо	Зразы из говядины и соус сметанный с томатом	Котлеты рыбные любительские с соусом томатным	Голубцы с мясом говядины и рисом с соусом томатным	Плов из птицы	Гуляш
ОБЕД 2 блюдо	Пюре картофельное	Каша перловая рассыпчатая			Пюре картофельное
ОБЕД салат	Салат из отварной свеклы с морковью	Салат из моркови	Винегрет	Салат из белокочанной капусты с морковью	Салат из отварной свеклы
ОБЕД	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
ОБЕД	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный			Хлеб пшеничный
ОБЕД напиток	Чай с сахаром	Компот из свежих фруктов	Компот из сухофруктов	Компот из свежих фруктов	Чай с сахаром
УПЛ.ПОЛД					
УПЛ.ПОЛД	Булочка домашняя	Вареники с творогом со сметанным соусом	Макаронные отварные с сыром	Макаронные отварные с сыром	Пудинг творожно-яблочный
УПЛ.ПОЛД (напиток)	Тыква отварная	Молоко кипяченое	Чай с молоком	Хлеб пшеничный	Молоко кипяченое
УПЛ.ПОЛД (Булочка или кондитерское из-е)	Молоко кипяченое			Молоко кипяченое	
				Кондитерское изделие	

	Меню от 2 до 3 лет (0-3)	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
Структура меню по СанПиН (п.15.6)	2 неделя ПОНЕДЕЛЬНИК				
ЗАВТРАК (горячее блюдо)	Каша «Дружба»	Суп молочный рисовый	Омлет с картофелем	Каша пшенная с тыквой	Каша гречневая жидкая с молоком
ЗАВТРАК (бутерброд)	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом	Хлеб пшеничный	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом
ЗАВТРАК (напиток)	Молоко кипяченое	Какао с молоком	Молоко	Молоко	Чай с молоком
ЗАВТРАК 2 (п.15.4) (соки или фрукты)	Сок	Бананы	Яблоки	Сок	яблоки
ОБЕД 1 блюдо	Рассольник	Щи из-свежей капусты	Суп-лапша домашняя	Суп фасолевый	Суп картофельный с пшеничными гречками
ОБЕД 2 блюдо	Котлеты, биточки с соусом сметанным с луком	Тефтели рыбные тушеные с соусом томатным с овощами	Птица тушенная в соусе с овощами	Котлеты рыбные любительские с соусом томатным	Пельмени мясные отварные
ОБЕД 2 блюдо	Пюре из овощей	Макаронные изделия отварные с маслом		Пюре картофельное	
ОБЕД салат	Салат из моркови	Салат из картофеля со свежими огурцами	Салат свекольный с чесноком	Салат «Здоровье»	Винегрет
ОБЕД	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		
ОБЕД напиток	Компот из свежих плодов	Компот из сухофруктов	Компот из свежих плодов	Чай с сахаром	Компот из сухофруктов
УПД.ПОЛД	Пирожок с картошкой	Блинчики со стгушенкой	Ватрушка «Лакомка» с творогом	Яйца вареные	Запеканка из творога
УПД.ПОЛД	Чай с сахаром	Молоко кипяченое	Чай с молоком	Капуста тушенная	Свекла тушенная, в белом соусе
УПД.ПОЛД (напиток)				Какао с молоком	Молоко кипяченое
УПД.ПОЛД (Булочка или кондитерское из-е)				Кипяченое и кондитерское изделие	
				Хлеб пшеничный	