

УТВЕРЖАЮ
Заведующая МБДОУ
«Детский сад № 12 «Фиалка»
Г.М.Магомедова
М.П. « 20 » 08 2022 г.



	Меню от 3 до 7 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)	Яблоки	Бананы	Морковь отварная	Печенье	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		Каша рассыпчатая гречневая	
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	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
ОБЕД напиток	Чай с сахаром	Кисель	Компот из сухофруктов	Компот из свежих фруктов	Чай с сахаром
УПД.ПОЛД	Булочка домашняя	Запеканка рисовая	Вареники с творогом со сметанным соусом	Макаронны отварные с сыром	Пудинг творожно-яблочный
УПД.ПОЛД	Тыква отварная	Молоко кипяченое	Чай с молоком	Хлеб пшеничный	Молоко кипяченое
УПД.ПОЛД (напиток)	Молоко кипяченое			Молоко кипяченое	
УПД.ПОЛД (Булочка или кондитерское из-е)					

	Меню от 3 до 7 лет (0-3)	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	
Структура меню по СанПиН (п.15.6)	2 недели 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 кипяченое	Молоко кипяченое	Чай с молоком	
ЗАВТРАК 2 (п.15.4) (соки или фрукты)	Яблоки	Бананы	Морковь отварная	Печенье	яблоки	
ОБЕД 1 блюдо	Рассольник	Щи из свежей капусты	Суп-лапша домашняя	Суп фасолевый	Суп картофельный с пшеничными гренками	
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	Кисель	Чай с сахаром	Компот из свежих фруктов	Чай с сахаром	Компот из сухофруктов	
УПЛ.ПОЛД	Пирожок с картошкой	Блинчики со сгущенкой	Ватрушка «Лакомка» с творогом	Яйца вареные	Запеканка из творога	
УПЛ.ПОЛД	Чай с сахаром	Молоко кипяченое	Чай с молоком	Капуста тушенная	Свекла тушенная, в белом соусе	
УПЛ.ПОЛД (напиток)				Какао с молоком	Молоко кипяченое	
УПЛ.ПОЛД (Булочка или кондитерское из-е)				Хлеб пшеничный		

	Меню от 3 до 7 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)	Яблоки	Бананы	Морковь отварная	Печенье	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			Каша рассыпчатая гречневая
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		Хлеб пшеничный
ОБЕД напиток	Чай с сахаром	Кисель	Компот из сухофруктов	Компот из свежих фруктов	Чай с сахаром
УПЛ.ПОЛД			Вареники с творогом со сметанным соусом	Макароны отварные с сыром	Пудинг творожно-яблочный
УПЛ.ПОЛД	Булочка домашняя	Запеканка рисовая	Чай с молоком	Хлеб пшеничный	Молоко кипяченое
УПЛ.ПОЛД (напиток)	Тыква отварная	Молоко кипяченое		Молоко кипяченое	
УПЛ.ПОЛД (Булочка или кондитерское из-е)	Молоко кипяченое				

Меню от 3 до 7 лет (0-3)		ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	
Структура меню по СанПиН (п.15.6)	2 недели	ПОНЕДЕЛЬНИК				
	ЗАВТРАК	Суп молочный рисовый	Омлет с картофелем	Каша пшенная с тыквой	Каша гречневая жидкая с молоком	
	ЗАВТРАК (горячее блюдо)	Бутерброд с маслом	Хлеб пшеничный	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом	
	ЗАВТРАК (напиток)	Какао с молоком	Молоко кипяченое	Молоко кипяченое	Чай с молоком	
ЗАВТРАК 2 (п.15.4) (соки или фрукты)	Яблоки	Бананы	Морковь отварная	Печенье	яблоки	
	Рассольник	Щи из свежей капусты	Суп-лапша домашняя	Суп фасолевый	Суп картофельный с пшеничными гречками	
	Котлеты, биточки с соусом сметанным с луком	Тфтели рыбные тушеные с соусом томатным с овощами	Птица тушенная в соусе с овощами	Котлеты рыбные любительские с соусом томатным	Пельмени мясные отварные	
	Пюре из овощей	Макаронные изделия отварные с маслом	Пюре картофельное			
ОБЕД 1 блюдо	Салат из моркови	Салат из картофеля со свежими огурцами	Салат свекольный с чесноком	Салат «Здоровье»	Винегрет	
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	
	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный			
	Кисель	Чай с сахаром	Компот из свежих фруктов	Чай с сахаром	Компот из сухофруктов	
УПЛ.ПОЛД	Пирожок с картошкой	Блинчики со ступенкой	Ватрушка «Лакомка» с творогом	Яйца вареные	Запеканка из творога	
	Чай с сахаром	Молоко кипяченое	Чай с молоком	Капуста тушенная	Свекла тушенная, в белом соусе	
				Какао с молоком	Молоко кипяченое	
				Хлеб пшеничный		
УПЛ.ПОЛД (напиток)						
УПЛ.ПОЛД (Булочка или кондитерское из-е)						