



Утверждено с 26.08.2024
Заведующий МАДОУ «Умка»
Е.С. Никифорова

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ
ДЕТЕЙ ОТ 3 ДО 7-8 ЛЕТ С 10-ТИ ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ
(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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. 180	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ. 180	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. 180	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. 180	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. 180	КАША МОЛОЧНАЯ АССОРТИ (РИС, ПШЕНО) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. 180	КАША МОЛОЧНАЯ АССОРТИ (ПШЕНИЧНО-КУКУРУЗНАЯ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. 180	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. 180	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ. 180
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. 200	КАКАО С МОЛОКОМ. 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. 200	КАКАО С МОЛОКОМ. 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. 200	КАКАО С МОЛОКОМ. 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. 200	КАКАО С МОЛОКОМ. 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. 200	КАКАО С МОЛОКОМ. 200
БАТОН С МАСЛОМ. 40/10	ХЛЕБ С МАСЛОМ 40/10	БАТОН С МАСЛОМ. 40/10	ХЛЕБ С МАСЛОМ 40/10	БАТОН С МАСЛОМ. 40/10	ХЛЕБ С МАСЛОМ И ЯЙЦОМ. 30/5/20	БАТОН С МАСЛОМ. 40/10	ХЛЕБ С МАСЛОМ 40/10	БАТОН С МАСЛОМ. 40/10	ХЛЕБ С МАСЛОМ 40/10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200	СЫР (САД) 10	СЫР (САД) 10	СЫР (САД) 10	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200						
II Завтрак									
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ. 180	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ. 180	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА. 180	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ. 180	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ. 180	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА. 180	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ. 180	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ. 180	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА. 180	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ. 180
Обед									
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ. 180	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ. 180	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ. 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ. 180	СУП ПОЛЕВОЙ. 180	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ. 180	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ. 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ. 180	СУП ОВОЩНОЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ. 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ. 180
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ. 80	ПЛОВ ИЗ МЯСА КУР. 180	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 60	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ. 80	МЯСО КУР ОТВАРНОЕ (ПОРЦ., БЕЗ КОСТИ). 80	КНЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ. 80	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР. 80	ЗРАЗЫ ИЛИ РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ. 80	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ. 80	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ. 80
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. 130	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ. 50	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) РЫБНЫЕ. 80	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ. 130	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ. 75	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ. 130	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ. 130	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ. 150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ. 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. 130
СОУС МОЛОЧНЫЙ. 40	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА. 180	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ. 150	СОУС МОЛОЧНЫЙ. 40	КАПУСТА ТУШЕНАЯ. 75	СОУС МОЛОЧНЫЙ С ОВОЩАМИ. 40	ПОМИДОР. 50	ОГУРЕЦ. 50	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА. 180	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА. 180
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО И ЯГОДНОГО. 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ. 180	ОГУРЕЦ. 50	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА. 180	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ. 180	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА. 180	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ. 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ИЗЮМА 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30
ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30		ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30		
			ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30						
Полдник									
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ. 70	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ. 150	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ. 70	ОМЛЕТ ЗАПЕЧЕННЫЙ ИЛИ ПАРОВОЙ. 150	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ. 70	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ 70	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (САД). 140	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ. 70	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ. 150	ПРЯНИК. 60
ЧАЙ С МОЛОКОМ. 180	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ. 40	ЙОГУРТ. 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ. 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ. 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ. 180	ЧАЙ. 180	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО. 40	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. 180
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ. 150							ЧАЙ С ЛИМОНОМ. 180	



Утверждено с 26.08.2024
Заведующий МАДОУ «Умка»
Е.С. Никифорова

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ
ДЕТЕЙ ОТ 3 ДО 7-8 ЛЕТ С 10-ТИ ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ
(3-4 неделя)**

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. 180	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. 180	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С ЛАПШОЙ. 180	КАША МОЛОЧНАЯ АССОРТИ (РИС, ГРЕЧНЕВАЯ КРУПА) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. 180	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. 180	КАША МОЛОЧНАЯ АССОРТИ (ПШЕНИЧНО -КУКУРУЗНАЯ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. 180	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ. 180	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. 180	КАША МОЛОЧНАЯ АССОРТИ (РИС, ПШЕНО) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. 180
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ. 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. 200	КАКАО С МОЛОКОМ. 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. 200	КАКАО С МОЛОКОМ. 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. 200	КАКАО С МОЛОКОМ. 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. 200	КАКАО С МОЛОКОМ. 200
БАТОН С МАСЛОМ. 30/10	ХЛЕБ С МАСЛОМ (САД) 30/10	БАТОН С МАСЛОМ. 30/10	ХЛЕБ С МАСЛОМ 30/10	БАТОН С МАСЛОМ. 40/10	ХЛЕБ С МАСЛОМ (САД) 40/10	БАТОН С МАСЛОМ. 40/10	ХЛЕБ С МАСЛОМ 40/10	БАТОН С МАСЛОМ. 40/10	ХЛЕБ С МАСЛОМ (САД) 40/10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200	СЫР (САД) 10	СЫР (САД) 10	СЫР (САД) 10	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200	ВОДА ПИТЬЕВАЯ 1.5л (+25). 200						
II Завтрак									
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА. 180	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ. 180	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ. 180	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ. 180	БАНАН. 120	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ. 180	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 1л. 180	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ. 180	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ. 180	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА. 180
Обед									
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ. 180	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ. 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ. 180	СУП-ПЮРЕ ГОРОХОВЫЙ. 180	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ. 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ. 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ. 180	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПЮЙ СО СМЕТАНОЙ. 180	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ. 180	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ. 180
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ. 80	МЯСО КУР ОТВАРНОЕ (ПОРЦ., БЕЗ КОСТИ). 80	КНЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ. 80	ГРЕНКИ (СУХАРИКИ). 30	МЯСО КУР ОТВАРНОЕ В СОУСЕ. 80	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ГОВЯДИНЫ. 80	ПЛОВ ИЗ МЯСА КУР. 180	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ. 80	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. 130	РАГУ ИЗ МЯСА КУР. 180
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ. 130	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ. 150	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ. 130	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ. 80	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. 130	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ. 130	ПОМИДОР. 50	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ. 150	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ. 80	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ. 60
СОУС МОЛОЧНЫЙ С ОВОЩАМИ. 30	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ИЗЮМА 180	СОУС МОЛОЧНЫЙ С ОВОЩАМИ. 50	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ. 150	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ. 50	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ. 50	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА. 180	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ИЗЮМА 180	СОУС СМЕТАННЫЙ. 50	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА. 180
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ. 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30	ОГУРЕЦ. 50	ПОМИДОР. 50	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ. 180	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО И ЯГОДНОГО. 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30	ОГУРЕЦ. 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА. 180	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА. 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ. 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30
ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (САД). 30	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30						ХЛЕБ РЖАНОЙ (САД). 30	
Полдник									
ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ. 70	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ. 70	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ. 150	ОМЛЕТ ЗАПЕЧЕННЫЙ ИЛИ ПАРОВОЙ. 150	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ. 70	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ. 70	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ, КУКУРУЗЫ И РЕПЧАТОГО ЛУКА. 150	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ. 70	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ. 150	ПРЯНИК. 60
ЧАЙ С МОЛОКОМ. 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. 180	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ. 50	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый. 50	ЧАЙ С МОЛОКОМ. 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ. 180	ЧАЙ. 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ. 180	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ. 30	СНЕЖОК. 200
	ЯБЛОКО. 200	ЧАЙ. 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ. 180				МАНДАРИН. 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ. 180	