



УТВЕРЖДЕНО

Заведующим МАДОУ
д/с № 37 «Русалочка»
О.В. Ера
Приказ № 41
«01» февраля 2022г.

МЕНЮ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 3-7 10,5ч

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	КАША ОВСЯНАЯ (ГЕРКУЛЕС) МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ 160	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ 200	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 160
КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО СТУЩЕННОЕ 20	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40	ЧАЙ С САХАРОМ 200	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40
						БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40			
II Завтрак									
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ) 100	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ) 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ) 100	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ) 100	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ) 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ) 100	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 100
Обед									
ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННО 50	ИКРА МОРКОВНАЯ 50	СВЕКЛА ТУШЕНАЯ 50	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННО 50	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ 50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННА Я 50	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННО 50	ИКРА МОРКОВНАЯ 60	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННА Я 50	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННО 50
БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 180	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 180	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ 180	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 180	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 200	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 150	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 200	РИС ОТВАРНОЙ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 150	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ЛЮЦЕНЬЮ 200	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ТЕФЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ 80	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ 80	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 70	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 70	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЛИМОНА 200	ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ) 70	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 80	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЛИМОНА 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ 180	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КИСЕЛЬ ИЗ СУХИХ ФРУКТОВ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
	ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	ХЛЕБ РЖАНОЙ 35		ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	
Полдник									
ПИЦЦА "ДЕТСКАЯ" 50	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ 50	СОЧНИК С ТВОРОГОМ 50	БУЛОЧКА "ВЕСЛУНКА" 60	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ 50	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАРТОШКОЙ 60	ПИЦЦА "ДЕТСКАЯ" 50	СОЧНИК С ТВОРОГОМ 50	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАПУСТОЙ 50	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ 50
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫ Й ПРОДУКТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200