

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад «Морозовский»

## ПРИКАЗ

№3

от 01.04.2024г.

Об утверждении примерного 10-дневного меню

С целью организации сбалансированного рационального питания детей, строгого выполнения и соблюдения технологий приготовления блюд

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить примерное 10-ти дневное весенне-летнее меню для детей в возрасте от 1,5 до 3 лет, от 3 до 7 лет с 10,5-часовым пребыванием, разработанное в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20.
2. Утвердить технологические карты приготовления блюд для детей в возрасте от 1,5 до 3 лет и от 3 до 7 лет.
3. Ивановой И.А., старшей медицинской сестре ДОУ:
  - 3.1. Приступить к соблюдению данного меню в питании детей с 01 апреля 2024 года.
  - 3.2. При составлении меню-требования на каждый день строго придерживаться примерного 10-дневного меню, обо всех изменениях незамедлительно сообщать заведующему ДОУ.
4. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Заведующий  
МБДОУ «Детский сад «Морозовский»

Шапарь Е.С.

С приказом ознакомлен

Иванова И.А.

УТВЕРЖДАЮ

Шапарь Е.С.

**МЕНЮ**  
**Ясли 10 часов**

| 1 день  | 2 день   | 3 день   | 4 день   | 5 день   | 6 день  | 7 день  | 8 день  | 9 день  | 10 день   |
|---|--|--|--|--|---|---|---|---|---|
| <b>ЗАВТРАК</b>  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |
| Каша ячневая<br>155<br>Бутерброд с<br>маслом + сыр<br>25/5/6<br>Кофейный<br>напиток 165                                     | Каша<br>пшеничная<br>155<br>Бутерброд<br>с маслом<br>25/5<br>Какао 165   | Каша<br>«Дружба»<br>155<br>Бутерброд<br>с джемом<br>25/5<br>Чай с<br>молоком<br>165  | Каша<br>«Геркулесовая»<br>155<br>Бутерброд с<br>маслом<br>25/5<br>Кофейный<br>напиток 165  | Каша манная<br>155<br>Бутерброд с<br>маслом + сыр<br>25/5/6<br>Какао 165   | Каша<br>ячневая<br>или<br>кукурузная<br>155<br>Бутерброд с<br>маслом +<br>сыр 25/5/6<br>Кофейный<br>напиток<br>165                | Каша<br>пшеничная<br>155<br>Бутерброд с<br>маслом<br>25/5<br>Какао 165  | Каша<br>пшеничная<br>155<br>Бутерброд с<br>джемом<br>25/5<br>Чай с<br>молоком<br>165                              | Каша<br>рисовая 155<br>Бутерброд с<br>маслом<br>25/5<br>Кофейный<br>напиток 165                                       | Каша<br>манная<br>155<br>Бутерброд<br>с маслом<br>+ сыр<br>25/5/6<br>Какао 165  |
| <b>ОБЕД</b>   |  |  |  |  |   |   |   |   |   |
| Борщ<br>вегетарианский<br>150<br>Гречка<br>отварная<br>120<br>Котлета<br>рубленая<br>50<br>Салат<br>«Степной»<br>40<br>Хлеб | Щи из<br>свежей<br>капусты<br>150<br>Рыба по<br>русски<br>170<br>Салат из<br>свеклы или<br>витаминный<br>40<br>Компот<br>150 | Суп<br>гороховый<br>150<br>Запеканка с<br>картофелем<br>мясом и<br>печенью<br>170<br>Икра<br>кабачковая<br>30<br>Компот из<br>ягод | Суп с рыбными<br>консервами<br>150<br>Пюре<br>картофельное<br>110<br>Котлета<br>рубленая<br>50<br>Салат из<br>кукурузы<br>12<br>Компот | Суп с<br>макаронными<br>изделиями<br>150<br>АЗУ<br>170<br>Салат из<br>моркови или<br>витаминный<br>40<br>Компот<br>150<br>Хлеб | Борщ с<br>капустой и<br>картофелем<br>150<br>Макароны<br>отварные<br>110<br>Котлета<br>рубленая<br>50<br>Салат<br>«Степной»<br>40 | Рассольник<br>150<br>Суфле из<br>рыбы<br>60<br>Пюре<br>картофельное<br>110<br>Салат из<br>свеклы 40<br>или зеленый<br>горошек<br>10 | Борщ с<br>картофелем<br>150<br>Плов с<br>птицей<br>160<br>Икра<br>кабачковая<br>30<br>Компот<br>150<br>Хлеб<br>40 | Суп<br>крестьянский<br>150<br>Жаркое по<br>домашнему<br>170<br>Огурец<br>солёный<br>25<br>Компот<br>150<br>Хлеб<br>40 | Щи с<br>капустой<br>150<br>Гуляш из<br>птицы<br>90<br>Макароны<br>отварные<br>110<br>Салат из<br>свеклы<br>40<br>Компот |

|                     |            |                   |                   |    |                             |                             |  |  |                   |
|---------------------|------------|-------------------|-------------------|----|-----------------------------|-----------------------------|--|--|-------------------|
| 40<br>Кисель<br>150 | Хлеб<br>40 | 150<br>Хлеб<br>40 | 150<br>Хлеб<br>40 | 40 | Кисель<br>150<br>Хлеб<br>40 | Компот<br>150<br>Хлеб<br>40 |  |  | 150<br>Хлеб<br>40 |
|---------------------|------------|-------------------|-------------------|----|-----------------------------|-----------------------------|--|--|-------------------|

**ПОЛДНИК**

|  |   |  |  |  |  |   |  |   |   |
|--|---|--|--|--|--|---|--|---|---|
| Омлет<br>150<br>Печенье<br>20<br>Чай с сахаром<br>180/7<br>Хлеб 35 | Пудинг из<br>творога с<br>рисом<br>150<br>Соус<br>молочный<br>сладкий<br>30<br>Чай с<br>лимоном<br>180/10/7<br>Хлеб<br>35 | Рагу<br>овощное<br>150<br>Булочка<br>молочная<br>50<br>Чай с<br>сахаром<br>180/7<br>Хлеб<br>35 | Суп молочный<br>с макаронными<br>изделиями<br>150<br>Булочка<br>«Веснушка»<br>50<br>Чай с сахаром<br>180/7<br>Хлеб<br>35 | Тефтели из<br>минтая с<br>рисом 150<br>Салат из<br>картофеля с<br>соленым<br>огурцом<br>40<br>Чай с<br>лимоном<br>180/10/7<br>Хлеб<br>35 | Омлет<br>150<br>Печенье<br>20<br>Чай с<br>молоком<br>180<br>Хлеб<br>35 | Пудинг из<br>творога с<br>рисом<br>150<br>Соус<br>молочный<br>сладкий 30<br>Чай с<br>лимоном<br>180/10/7<br>Хлеб 35 | Картофель<br>запеченный<br>в молочном<br>или<br>сметанном<br>соусе<br>150/20<br>Печенье<br>20<br>Чай с<br>сахаром<br>180/7<br>Хлеб<br>35 | Рагу<br>овощное 150<br>Булочка<br>«Творожная»<br>50<br>Чай с<br>лимоном<br>180/10/7<br>Хлеб<br>35 | Тефтели<br>рыбные с<br>рисом<br>150<br>Салат из<br>картофеля<br>с соленым<br>огурцом<br>40<br>Чай с<br>молоком<br>180<br>Хлеб<br>35 |
|--|---|--|--|--|--|---|--|---|---|

УТВЕРЖДАЮ

Шапарь Е.С.

**МЕНЮ**  
**Сад 10 часов**

| 1 день  | 2 день   | 3 день   | 4 день   | 5 день   | 6 день  | 7 день  | 8 день  | 9 день  | 10 день  |
|---|--|--|--|--|---|---|---|---|--|
| <b>ЗАВТРАК</b>  |  |  |  |  |   |   |   |   |  |
| Каша ячневая<br>180<br>Бутерброд с<br>маслом + сыр<br>40/6/10<br>Кофейный<br>напиток<br>180                                   | Каша<br>пшениная<br>180<br>Бутерброд<br>с маслом<br>40/6<br>Какао<br>180   | Каша<br>«Дружба»<br>180<br>Бутерброд<br>с джемом<br>40/6<br>Чай с<br>молоком<br>180  | Каша<br>«Геркулесовая»<br>180<br>Бутерброд с<br>маслом<br>40/6<br>Кофейный<br>напиток<br>180   | Каша манная<br>180<br>Бутерброд с<br>маслом + сыр<br>40/6/10<br>Какао<br>180   | Каша<br>ячневая<br>или<br>кукурузная<br>180<br>Бутерброд с<br>маслом +<br>сыр 40/6/10<br>Кофейный<br>напиток<br>180               | Каша<br>пшеничная<br>180<br>Бутерброд с<br>маслом<br>40/6<br>Какао<br>180   | Каша<br>пшениная<br>180<br>Бутерброд с<br>джемом<br>40/6<br>Чай с<br>молоком<br>180                               | Каша<br>рисовая 180<br>Бутерброд с<br>маслом<br>40/6<br>Кофейный<br>напиток<br>180                                    | Каша<br>манная<br>180<br>Бутерброд<br>с маслом<br>+ сыр<br>40/6/10<br>Какао<br>180                                       |
| <b>ОБЕД</b>   |  |  |  |  |   |   |   |   |  |
| Борщ<br>вегетарианский<br>180<br>Гречка<br>отварная<br>120<br>Котлета<br>рубленая<br>70<br>Салат<br>«Степной»<br>50<br>Кисель | Щи из<br>свежей<br>капусты<br>180<br>Рыба по<br>русски<br>200<br>Салат из<br>свеклы или<br>витаминный<br>50<br>Компот<br>180 | Суп<br>гороховый<br>180<br>Запеканка с<br>картофелем<br>мясом и<br>печенью<br>200<br>Икра<br>кабачковая<br>30<br>Компот из<br>ягод | Суп с рыбными<br>консервами<br>180<br>Пюре<br>картофельное<br>130<br>Котлета<br>рубленая<br>70<br>Салат из<br>кукурузы 15<br>Компот<br>180 | Суп с<br>макаронными<br>изделиями<br>180<br>АЗУ<br>200<br>Салат из<br>моркови или<br>витаминный<br>50<br>Компот<br>180<br>Хлеб | Борщ с<br>капустой и<br>картофелем<br>180<br>Макароны<br>отварные<br>130<br>Котлета<br>рубленая<br>70<br>Салат<br>«Степной»<br>50 | Рассольник<br>180<br>Суфле из<br>рыбы<br>70<br>Пюре<br>картофельное<br>130<br>Салат из<br>свеклы<br>50<br>или зеленый<br>горошек 15 | Борщ с<br>картофелем<br>180<br>Плов с<br>птицей<br>200<br>Икра<br>кабачковая<br>30<br>Компот<br>180<br>Хлеб<br>50 | Суп<br>крестьянский<br>180<br>Жаркое по<br>домашнему<br>200<br>Огурец<br>соленый<br>25<br>Компот<br>180<br>Хлеб<br>50 | Щи с<br>капустой<br>180<br>Гуляш из<br>птицы<br>100<br>Макароны<br>отварные<br>130<br>Салат из<br>свеклы<br>50<br>Компот |

|   |   |  |  |  |  |   |  |   |   |
|---|---|--|--|--|--|---|--|---|---|
| 180<br>Хлеб<br>50   | Хлеб<br>50  | 180<br>Хлеб<br>50  | Хлеб<br>50   | 50   | Кисель<br>180<br>Хлеб<br>50  | Компот<br>180<br>Хлеб<br>50   |  |   | 180<br>Хлеб<br>50   |
| <b>ПОЛДНИК</b>  |   |  |  |  |  |   |  |   |   |
| Омлет<br>180<br>Печенье<br>40<br>Чай с сахаром<br>180/7<br>Хлеб<br>40 | Пудинг из<br>творога с<br>рисом 180<br>Соус<br>молочный<br>сладкий 40<br>Чай с<br>лимоном<br>180/10/7<br>Хлеб<br>40 | Рагу<br>овощное<br>180<br>Булочка<br>молочная<br>70<br>Чай с<br>сахаром<br>180/7<br>Хлеб<br>40 | Суп молочный<br>с макаронными<br>изделиями 180<br>Булочка<br>«Веснушка» 70<br>Чай с сахаром<br>180/7<br>Хлеб<br>40 | Тефтели из<br>минтая с<br>рисом 170<br>Салат из<br>картофеля с<br>соленым<br>огурцом<br>50<br>Чай с<br>лимоном<br>180/10/7<br>Хлеб<br>40 | Омлет<br>180<br>Печенье<br>40<br>Чай с<br>молоком<br>180<br>Хлеб<br>40 | Пудинг из<br>творога с<br>рисом<br>180<br>Соус<br>молочный<br>сладкий<br>40<br>Чай с<br>лимоном<br>180/10/7<br>Хлеб<br>40 | Картофель<br>запеченный<br>в молочном<br>или<br>сметанном<br>соусе<br>180/30<br>Печенье<br>40<br>Чай с<br>сахаром<br>180/7<br>Хлеб<br>40 | Рагу<br>овощное 180<br>Булочка<br>«Творожная»<br>70<br>Чай с<br>лимоном<br>180/10/7<br>Хлеб<br>40 | Тефтели<br>рыбные с<br>рисом<br>170<br>Салат из<br>картофеля<br>с соленым<br>огурцом<br>50<br>Чай с<br>молоком<br>180<br>Хлеб<br>40 |