

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ № 13



## ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

Для детей с 1 года до 3 лет в дошкольных  
образовательных учреждениях  
2022г  
(октябрь, ноябрь, декабрь)

Разработал технолог МКУ «Управление образования» Лесименко И.А.

A handwritten signature in black ink, likely belonging to the author, I.A. Lesimenko.

Я СЛИ 2-4 НЕДЕЛЯ

2022 (октябрь-декабрь)



Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Наименование блюда	Наименование блюда	Наименование блюда	Наименование блюда	Наименование блюда
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша жидкая кукурузная на стерилизованном молоке	Суп молочный с макаронными изделиями	Каша жидкая пшенично-рисовая	Омлет натуральный	Каша жидкая ячневая
Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом
Чай с лимоном	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с сахаром	Кофейный напиток с молоком
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				
Фрукты (яблоко)	Фрукты (груша)	Сок яблочный	Фрукты (груша)	Сок яблочный
Сок яблочный				Гренки из пшеничного хлеба
<b>ОБЕД</b>				
Салат из моркови	Винегрет овощной	Салат из моркови	Икра морковная	Салат из капусты
Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	Суп картофельный с мясными фрикадельками	Суп с рыбными консервами
Лепешки из творога	Фрикадельки мясные в соусе	Плов из птицы	Оладьи из пшена	Рулет с луком и яйцом
Соус молочный (сладкий)	Рагу из овощей	Кисель из черной смородины	Пюре картофельное	Каша рассыпчатая гречневая
Компот из сушёных фруктов	Напиток из плодов шиповника	Хлеб ржаной	Компот из изюма	Соус сметанный с томатом
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Компот из сушёных фруктов
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Чеснок	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный
Чеснок	Чеснок	Чеснок	Чеснок	Чеснок
<b>ПОЛДНИК</b>				
Кефир	Снежок	Йогурт питьевой	Кефир	Снежок
Гренки из пшеничного хлеба	Плошка слобная	Полоска песочная	Крендель сахарный	Фрукты (апельсин)
Мармелад		Фрукты (мандарин)		
<b>УЖИН</b>				
Салат из свеклы	Салат из капусты	Салат из кукурузы (консервированной)	Салат из зеленого горошка консервированного	Салат из картофеля с горошка зелёного консервированного
Котлета рубленая мясная	Рыба, запеченная с морковью	Вареники ленивые с маслом	Котлеты рыбные лобительские с маслом сливочным	Мясо тушёное с овощами в соусе
Капуста тушеная	Пюре картофельное	Соус абрикосовый	Макаронные изделия с маслом	Чай с сахаром
Чай с сахаром	Чай с лимоном	Чай с сахаром	Чай с лимоном	Хлеб ржаной
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Батон	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Дук зелёный (на весь день)	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Дук зелёный (на весь день)	Укроп (на весь день)	Укроп (на весь день)	Дук зелёный (на весь день)	Укроп (на весь день)
Укроп (на весь день)		Яйцо вареное	Укроп (на весь день)	

ЯСЛИ 1-3 НЕДЕЛЯ

2022 (октябрь-декабрь)

**Понедельник**

**Вторник**

**Среда**

**Четверг**

**Пятница**

Наименование блюда

Наименование блюда

Наименование блюда

Наименование блюда

Наименование блюда

**ЗАВТРАК**

Омлет натуральный

Каша жидкая пшеничная

Каша жидкая пшеничная

Омлет натуральный

Каша жидкая манная

Бутерброд с маслом

Бутерброд с маслом и сыром

Бутерброд с маслом и сыром

Бутерброд с маслом и сыром

Бутерброд с маслом

Чай с лимоном

Кофейный напиток с молоком

Какао с молоком

Чай с молоком

Кофейный напиток с молоком

**ВТОРОЙ ЗАВТРАК**

Сок яблочный

Фрукты (груша)

Сок яблочный

Фрукты (груша)

Сок яблочный

Фрукты (яблоко)

**ОБЕД**

Фрукты (мандарин)

Салат из моркови

Салат из кукурузы (консервированной)

Салат из свеклы

Икра морковная

Салат из свеклы

Суп картофельный с крупной на мясном бульоне

Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне

Суп-пюре из картофеля на курином бульоне

Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне

Суп с рыбными консервами

Пудинг из творога с рисом

Виточки рубленые

Фрикадельки из птицы

Печень по-строгановски

Жаркое по - домашнему

Соус молочный (сладкий)

Картофель отварной

Картофель запеченный в сметанном соусе

Рис припущенный

Напиток из плодов шиповника

Компот из сушёных фруктов

Компот из изюма

Кисель из черной смородины

Компот из сушёных фруктов

Хлеб ржаной

Хлеб ржаной

Хлеб ржаной

Хлеб ржаной

Хлеб ржаной

Хлеб пшеничный

Хлеб пшеничный

Хлеб пшеничный

Хлеб пшеничный

Хлеб пшеничный

Хлеб пшеничный

Чеснок

Чеснок

Чеснок

Чеснок

Чеснок

Гренки из пшеничного хлеба к супу

**ПОЛДНИК**

Кефир

Снежок

Йогурт питьевой

Кефир

Снежок

Пряник

Плюшка слоёная

Полоска песочная

Крендель сахарный

Печенье

Фрукты (апельсин)

**УЖИН**

Винегрет овощной

Салат из свеклы с сыром

Салат из моркови

Салат из капусты

Салат из картофеля с горошка зелёного консервированного

Тертлеги мясные

Зразы рыбные с яйцом

Сырники из творога

Копченые рыбные запеченные в сметанном соусе

Голубцы ленивые

Капуста тушеная

Рис припущенный

Соус черносмородиновый

Шоуре картофельное

Соус сметанный с томатом

Чай с сахаром

Соус сметанный

Чай с сахаром

Чай с лимоном

Чай с сахаром

Хлеб ржаной

Чай с сахаром

Батон

Хлеб ржаной

Хлеб ржаной

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный

Лук зелёный (на весь день)

Хлеб пшеничный

Хлеб пшеничный

Лук зелёный (на весь день)

Лук зелёный (на весь день)

Укроп (на весь день)

Укроп (на весь день)

Лук зелёный (на весь день)

Укроп (на весь день)

Укроп (на весь день)

Яйцо вареное

Укроп (на весь день)

Укроп (на весь день)