

Ясли 10 часов

Питание в лагере * 30 день										
1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	Завтрак		6 день	7 день	8 день	9 день
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КАБАЧКАМИ 150	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ТЕРКУЛЕС" (с маслом сливочным и сахаром) 140/5/5	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ 140/5/5	ПОМИДОР св. 50	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-ВАРИАНТ) 150	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ (с маслом сливочным и сахаром) 140/5/5	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ 140/5/5	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) 150	
ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 25	СОУС СМЕТАННЫЙ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 30	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (с маслом сливочным) 65/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 30	
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ) 40	ПЕЧЕНЬЕ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 30	Бутерброд с маслом (сливочным) 40/30/10	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ 150/7	ИКРА КАБАЧКОВАЯ - КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ) 30	ЧАЙ С САХАРОМ (день 1) 150/7	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ 180/8/4	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ 170	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 30	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ 150/7	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150/7		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 30					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сливочным) 40/30/10					ПЕЧЕНЬЕ 25					
ЧАЙ С САХАРОМ 150					СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150					
II Завтрак										
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100
Обед										
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (со сметаной) 153/150/3	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 150	ПОМИДОР св. 30	ПОМИДОР св. 30	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ (со сметаной) 153/150/3	ПОМИДОР св. 30	ПОМИДОР св. 30	ПОМИДОР св. 30	ПОМИДОР св. 30	ПОМИДОР св. 30	ПОМИДОР св. 30
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (со сметаной) 153/3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 25	СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ 150	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (со сметаной) 153/150/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (с перловой крупой) 150	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ (со сметаной) 153/150/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горх лущенный) 150	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ 110
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР ЦЫПЛЕНКА 60	ТЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ (2 вариант) ЗАПЕЧЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 100/50/50	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ БРОЙЛЕР ЦЫПЛЕНКА 60	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (с соусом сметанным) 120/60	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 110	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 110	КОТЛЕТЫ ГОВЯЖЬИ РУБЛЕННЫЕ 60	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ РУБЛЕННЫЙ 60	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 25	СОУС СМЕТАННЫЙ 50	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 110	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 60	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110/4	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР ЦЫПЛЕНКА 80	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 25	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 25	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ(яблок) 150	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО (ЯБЛОЧНОГО) 150	КОМПОТ ИЗ СУХИХ ФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок) 150	КОМПОТ ИЗ СУХИХ ФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СУХИХ ФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок) 150	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	КИСЕЛЬ ИЗ ШИПОВНИКА 150	
Полдник										
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ 130 (с маслом сливочным и сахаром) 130/4/4	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ 80	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ 130 (с маслом сливочным и сахаром) 130/4/4	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 50	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ 80	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ 80	ВАРЕНИКИ ПЕЧЕННЫЕ (с маслом сливочным) 85/80/5	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ (с маслом сливочным и сахаром) 130/4/4	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 130	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ 80	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШЕЙ СОРТ 20	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 20 20	НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ МОЛОКОМ 150	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5% жир. 20	ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ (яблочное) 20	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5% жирности. 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 20 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) 25	МОЛОКР СГУЩЕННОЕ 8 5% ЖИРНОСТИ 20	
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ С МОЛОКОМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 150		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ С МОЛОКОМ 150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 150	ОСОК ЯБЛОЧНЫЙ 150	

Разработано:

Ведущий инженер-технолог МКУ «ЦОМО КГО СК»

М.С. Акиншин

Утверждено:

Заведующий МКУДОУ «Детский сад

№ 14 «Колосок» села Горнозаводского

М.В. Бережная

Приказ № 41 от 30.05.2025 г.



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

НА ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ ПЕРИОД

В ДОУ С 10-ТИ ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ ВОЗРАСТОМ 0-3 ЛЕТ.

Составлено в соответствии:

«Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» М.: Издательство «Делли принт» 2012. – 584 с.

«Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений» 6-е издание, переработанное и дополненное / под общей редакцией профессора А. Я. Перевалова, Уральского регионального центра питания, – г.Пермь.: ЗАО Полиграфкомплект, 2012 г. – 801 с.