

Примерное десятидневное цикличное меню
МБДОУ д/с к.в. №11 "Журавушка" г.Ставрополя
(осенне-зимний период 2024-2025гг.)



МЕНЮ
Сад 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 110/5	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 180/5	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 185/5	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 180/5	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 180/5	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 185/5	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 180/5	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 185/5	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 180/5	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 185/5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ОТВАРНОЙ/КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ 80	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ (БАТОН УМНИЦА) 30/5	БАТОН "УМНИЦА" 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ (БАТОН УМНИЦА) 30/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ (ХЛЕБ ПШЕНИЧ.ФОРМ.) 30/5	БАТОН "УМНИЦА" 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ (БАТОН УМНИЦА) 30/5	БАТОН "УМНИЦА" 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ (БАТОН УМНИЦА) 30/5	БАТОН "УМНИЦА" 30
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 190	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 170/10/7	КАКАО С МОЛОКОМ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 170/10/7	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ (БАТОН УМНИЦА) 30/5									
400	407	400	400	400	400	407	400	400	400
II Завтрак									
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) 100
Обед									
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (САЙРА) 180	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ 180	РАСОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 175/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 180	БУЛЬОН ИЗ КУР 180	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЮ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ) 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 180
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) 70	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 65/5	ПЕЧЕНЬ (ГОВЯЖЬЯ), ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 60/50	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 70/140	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 70/120	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА 20	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (ГОВЯДИНА) СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ 70/30	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (ГОВЯДИНА) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 65/5	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ И ОВОЩЕЙ 70/120	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70/60
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 130	РАГУ ОВОЩНОЕ 130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 30	КАПУСТА КВАШЕНАЯ 30	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 65/5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 130	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С./ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/50	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130
ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КАПУСТА КВАШЕНАЯ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КАПУСТА КВАШЕНАЯ 30	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК) 180	КАПУСТА КВАШЕНАЯ 30
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК) 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С./ХЛЕБ РЖАНОЙ 30/20	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК) 180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 30	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК) 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С./ХЛЕБ РЖАНОЙ 10/20
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180			ХЛЕБ РЖАНОЙ 50		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180
					КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180				
590	610	660	640	630	660	640	620	620	680
Полдник									
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 170/5	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 130/20	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ 80	РЫБА (МИНТАЙ), ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 70/40	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ 80	ПЛОШКА (СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ) 80	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ 120/20	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ 80	РЫБА (МИНТАЙ), ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 70/40	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЮ 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С./ХЛЕБ РЖАНОЙ 30/20	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С. 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С./ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/30	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С. 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С. 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С. 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С./ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/20	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С./ХЛЕБ РЖАНОЙ 20/30
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С./ХЛЕБ РЖАНОЙ 30/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КИСЕЛЬ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С. 30	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180
			ЧАЙ С САХАРОМ 200					ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/10/7	
425	380	330	480	310	310	370	320	467	430
Ужин									
ЧАЙ С САХАРОМ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КИСЕЛЬ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С. 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С. 20	ПЕЧЕНЬЕ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С. 20	БАТОН "УМНИЦА" 20	ПЕЧЕНЬЕ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С. 20	БАТОН "УМНИЦА" 30	ПЕЧЕНЬЕ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 С. 20
220	220	220	220	220	220	220	230	220	220