

УТВЕРЖДЕНО
И. о. заведующей МАДОУ д/с № 181
Козлова О. А.
2025 г.



Примерное десятидневное меню МАДОУ детский сад № 181

1 неделя – нечетная (горбуша/грудка)

	День 1 (понедельник)	День 2 (вторник)	День 3 (среда)	День 4 (четверг)	День 5 (пятница)
Завтрак	<ul style="list-style-type: none"> • Каша гречневая молочная с маслом сливочным • Кофейный напиток с молоком • Батон • Масло сливочное 	<ul style="list-style-type: none"> • Каша пшеничная молочная с маслом сливочным • Какао с молоком • Батон • Масло сливочное • Сыр 	<ul style="list-style-type: none"> • Каша овсяная молочная с маслом сливочным • Чай с молоком • Батон • Масло сливочное • Джем 	<ul style="list-style-type: none"> • Каша ячневая молочная с маслом сливочным • Кофейный напиток с молоком • Батон • Масло сливочное • Сыр 	<ul style="list-style-type: none"> • Каша ассорти (рис, кукуруза) молочная с маслом сливочным • Какао с молоком • Батон • Масло сливочное
2 завтрак	<ul style="list-style-type: none"> • Сок фруктовый 	<ul style="list-style-type: none"> • Фрукт (мандарин) 	<ul style="list-style-type: none"> • Пюре фруктовое 	<ul style="list-style-type: none"> • Фрукт (яблоки) 	<ul style="list-style-type: none"> • Сок фруктовый
Обед	<ul style="list-style-type: none"> • Суп картофельный с рыбными фрикадельками • Макароны изделия отварные • Котлета из мяса (Свинина) • Салат из свеклы с чесноком • Компот из кураги • Хлеб пшеничный • Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> • Суп гороховый • Пюре картофельное • Котлета из мяса куры • Салат из помидор/ кукуруза консервированная • Компот из чернослива • Хлеб пшеничный • Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> • Борщ со сметаной • Рис припущенный с овощами • Биточки рыбные • Огурец свежий порционный/ икра кабачковая • Компот из изюма • Хлеб пшеничный • Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> • Суп-лапша с мясом куры • Рагу овощное/ Запеканка картофельная с сердцем • Суфле из печени • Зеленый горошек • Компот из яблок • Хлеб пшеничный • Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> • Рассольник • Голубцы из мяса говядины в молочном соусе • Напиток из ягод • Хлеб пшеничный • Хлеб ржаной
Полдник	<ul style="list-style-type: none"> • Пирожок с капустой • Чай с лимоном 	<ul style="list-style-type: none"> • Омлет натуральный • Хлеб пшеничный • Чай с молоком • Печенье 	<ul style="list-style-type: none"> • Запеканка творожная • Напиток из шиповника • Хлеб пшеничный 	<ul style="list-style-type: none"> • Булочка с сыром/с маком • Чай с лимоном • Биойогурт 	<ul style="list-style-type: none"> • Запеканка картофельная с овощами/ картофель отварной с селедкой • Чай • Хлеб пшеничный

2 неделя – четная (Минтай/кура-голень)

	День 6 (понедельник)	День 7 (вторник)	День 8 (среда)	День 9 (четверг)	День 10 (пятница)
<i>Завтрак</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Макароны изделия в молоке с маслом сливочным • Кофейный напиток • Батон • Масло сливочное 	<ul style="list-style-type: none"> • Каша манная молочная с маслом сливочным • Какао с молоком • Батон • Масло сливочное • Сыр 	<ul style="list-style-type: none"> • Каша рисовая молочная с маслом сливочным • Кофейный напиток с молоком • Батон • Масло сливочное • Джем 	<ul style="list-style-type: none"> • Каша пшеничная молочная с маслом сливочным • Какао с молоком • Батон • Масло сливочное • Сыр 	<ul style="list-style-type: none"> • Каша «Дружба» из риса и геркулеса молочная с маслом сливочным • Чай с молоком • Батон • Масло сливочное
<i>2 завтрак</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Сок фруктовый 	<ul style="list-style-type: none"> • Фрукт (киви) 	<ul style="list-style-type: none"> • Пюре фруктовое 	<ul style="list-style-type: none"> • Фрукт (банан) 	<ul style="list-style-type: none"> • Сок фруктовый
<i>Обед</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Свекольник • Плов с отварным мясом свинины • Икра кабачковая • Компот из кураги и изюма • Хлеб пшеничный • Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> • Суп с клецками с мясом курицы • Капуста тушеная • Птица отварная • Помидор свежий порционный/ горошек зеленый • Напиток из ягод • Хлеб пшеничный • Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> • Щи со свежей капустой со сметаной • Пюре розовое • Суфле рыбное/кнели рыбные • Салат из огурцов с растит маслом/кукуруза консервированная • Компот из яблок и чернослива • Хлеб пшеничный • Хлеб ржаной • 	<ul style="list-style-type: none"> • Суп-лапша с мясом курицы • Рагу овощное/ Запеканка картофельная с сердцем • Суфле из печени • Зеленый горошек • Компот из яблок • Хлеб пшеничный • Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> • Суп крестьянский с мясом со сметаной • Жаркое домашнему • Компот из чернослива • Хлеб пшеничный • Хлеб ржаной
<i>Полдник</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Морковь тушеная • Ватрушка с творогом/ со сметаной • Чай 	<ul style="list-style-type: none"> • Омлет натуральный • Хлеб пшеничный • Напиток из шиповника • Пряник 	<ul style="list-style-type: none"> • Запеканка творожная • Кисель • Хлеб пшеничный 	<ul style="list-style-type: none"> • Ватрушка с повидлом • Чай с лимоном • Биойогурт 	<ul style="list-style-type: none"> • Капуста в омлете • Чай • Хлеб пшеничный