



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА №82 "ЧЕБУРАШКА" МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ  
ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

---

ул. Ростовская 28а, г. Симферополь, Республика Крым, тел.: (3652) 22-63-61

Утверждаю: Заведующий  
МБДОУ №82 «Чебурашка»  
\_\_\_\_\_ Н.Н.Ковалёва  
Приказ \_\_\_\_\_

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (3-7 ЛЕТ)  
НА ВЕСЕННЕ – ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

2024

## МЕНЮ

### Сад 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>Завтрак</b>									
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ 200	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ 200	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ 200	ДРАЧЕНА 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ 200	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ 200	ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ 200
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 35	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 45	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 45	ОВОЩИ СВЕЖИЕ 20	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ИКРА БАКЛАЖАННАЯ 30	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 160
ОВОЩИ СВЕЖИЕ 40	КАКАО С МОЛОКОМ 160	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 30	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 35	КАКАО С МОЛОКОМ 180	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 35	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 45	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 35	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 45
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 45			ЧАЙ С САХАРОМ 180		ПЕЧЕНЬЕ ИЛИ МАРМЕЛАД 30	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 45	
<b>II Завтрак</b>									
СОКИ 150	СОКИ 150	ФРУКТЫ 100	ФРУКТЫ 100	СОКИ 150	СОКИ 150	ФРУКТЫ 100	ФРУКТЫ 90	СОКИ 150	ФРУКТЫ 100
<b>Обед</b>									
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ 200/5	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫ Й) 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 200	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 200	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ 200	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 170	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ 100	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ 80	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ 150	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 110	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) 60	МЯСО ОТВАРНОЕ 60	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ 150	КАБАЧКИ или ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЕ (или ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ) 160	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 50
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 60	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ 100	ОВОЩИ СВЕЖИЕ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ 60	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 120	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 30	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 180	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ 100
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КИСЕЛЬ 200	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ 50	КОМПОТ 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 180	КОМПОТ 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ 30	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40
	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40
		ХЛЕБ РЖАНОЙ 50			ХЛЕБ РЖАНОЙ 50				КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И СЛИВ 180
									ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
<b>Уплотненный полдник</b>									
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ 200	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ 100/5/5	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 150	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ 130	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 90	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ 140	СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ 100	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ 80	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 130
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	КЕФИР 200	БИТОЧКИ 60	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 50	ОВОЩИ СВЕЖИЕ 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ 80	СОУС (СЛАДКИЙ) 30	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 50
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОМПОТ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КЕФИР 200	ОВОЩИ СВЕЖИЕ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ФРУКТЫ 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КЕФИР 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" 60	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОМПОТ 200	КЕФИР 200
ФРУКТЫ 100				ПЕЧЕНЬЕ 35		ПЕЧЕНЬЕ 35		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	