

ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОШКОЛЬНАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАПОРОЖСКОЙ ОБЛАСТИ
«ДЕТСКИЙ САД № 20 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА» Г. БЕРДЯНСК

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

для детей ГКУ ЗО «Детский сад № 20
«Красная шапочка» г. Бердянск
на летне-осенний период
2023 года

г. Бердянск
2023 г.

I неделя

П о н е д е л ь н и к

На з в а н и е б л ю д а	В ы х о д б л ю д а	
	Я с л и	С а д
З а в т р а к		
Каша овсяная	90	120
Икра баклажанная (кабачковая)	35	50
Хлеб с маслом и твердым сыром	20/5/3	30/10/5
Чай с лимоном	150	180
10:00 Свежие фрукты/сок фруктовый	1шт./70	1шт./120
О б е д		
Свежие овощи	30	40
Суп гороховый с гренками	180/15	200/20
Жаркое по-домашнему с мясом	150	180
Хлеб пшеничный	40	60
Компот из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
П о л д н и к		
Сырники розовые со сметанным соусом	110	135
Цикорий на молоке (какао на молоке)	150	180

В т о р н и к

На з в а н и е б л ю д а	В ы х о д б л ю д а	
	Я с л и	С а д
З а в т р а к		
Каша молочная манная	180	200
Хлеб с маслом и твердым сыром	20/5/3	30/10/5
Чай	150	180
10:00 Свежие фрукты/сок фруктовый	1шт./70	1шт./120
О б е д		
Икра кабачковая (баклажанная)	35	50
Борщ со сметаной	180	200
Каша пшеничная	90	120
Котлета рыбная	35	60
Хлеб пшеничный	40	60
Компот из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
П о л д н и к		
Вареники с мясом	100	130
Молоко кипячёное	150	180

Среда

Название блюда	Выход блюда	
	Если	Сад
Завтрак		
Макароны отварные	90	120
Яйцо отварное	1 шт	1 шт
Икра кабачковая (баклажанная)	35	50
Хлеб с маслом и твердым сыром	20/5/3	30/10/5
Чай с лимоном	150	180
10:00 Свежие фрукты/сок фруктовый	1шт./70	1шт./120
Обед		
Свежие овощи	30	40
Суп харчо (рассольник)	180	200
Зразы картофельные с мясом (запеканка картофельная с мясом)	120	150
Хлеб пшеничный	40	60
Кисель из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
Полдник		
Оладьи с повидлом	80/10	100/15
Какао на молоке	150	180

Четверг

Название блюда	Выход блюда	
	Если	Сад
Завтрак		
Каша молочная овсяная	180	200
Хлеб с маслом и твердым сыром	20/5/3	30/10/5
Чай	150	180
10:00 Свежие фрукты/сок фруктовый	1 шт/70	1шт/120
Обед		
Икра кабачковая/баклажанная	30	40
Свекольник со сметаной	180	200
Каша гречневая	90	120
Биточек мясной	60	80
Хлеб пшеничный	30	40
Компот из свежих фруктов	150	180
Полдник		
Кнели мясные с рисом (рулет мясной, фаршированный яйцом)	120	150
Овощи свежие	30	40
Хлеб пшеничный	20	30
Печенье	1шт.	1шт.
Цикорий на молоке	150	180

Пятница

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Каша пшенная	90	120
Яйцо отварное	1шт.	1шт.
Икра баклажанная (кабачковая)	35	50
Хлеб с маслом и твердым сыром	20/5/3	30/10/5
Какао на молоке	150	180
10:00 Свежие фрукты/сок фруктовый	1 шт/70	1 шт/120
Обед		
Капуста тушеная	60	80
Суп с галушками	180	200
Пюре картофельное/пюре гороховое	110	130
Котлета мясная	60	80
Хлеб пшеничный	40	60
Компот из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
Полдник		
Ленивые вареники со сметанным соусом	110	135
Молоко кипяченое	150	180

II неделя

Понедельник

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Плов рисовый с яблоками	150	180
Хлеб с маслом и твердым сыром	20/5/3	30/10/5
Чай с лимоном	150	180
10:00 Свежие фрукты/сок фруктовый	1 шт/70	1 шт/120
Обед		
Капуста тушеная	60	80
Суп рыбный из рыбной консервы	180	200
Запеканка макаронная с мясом	120	150
Хлеб пшеничный	40	60
Кисель из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
Полдник		
Рогалик с повидлом	55	90
Какао на молоке	150	180

Вторник

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Суп молочный гречневый	180	200
Хлеб с маслом и твердым сыром	20/5/3	30/10/5
Чай	150	180
10:00 Свежие фрукты/сок фруктовый	1 шт/70	1 шт/120
Обед		
Свежие овощи	30	40
Борщ со сметаной (Щи из квашенной капусты)	180	200
Кнели мясные с рисом	120	150
Хлеб пшеничный	30	40
Компот из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
Полдник		
Каша пшеничная	90	120
Тефтеля рыбная с овощной подливой	35	60
Хлеб пшеничный	20	30
Цикорий с молоком	150	180

Среда

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Каша овсяная	90	120
Яйцо отварное	1шт.	1шт.
Свежие овощи	30	40
Хлеб с маслом и твердым сыром	20/5/3	30/10/5
Чай с лимоном	150	180
10:00 Свежие фрукты/сок фруктовый	1 шт/70	1 шт/120
Обед		
Икра свекольно-морковная	35	50
Суп гороховый с гречками	180/15	200/20
Пюре картофельное	110	130
Бефстроганов из мяса	60	80
Хлеб пшеничный	30	40
Кисель из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
Полдник		
Ватрушка с яблоком (творогом)	60	80
Какао на молоке	150	180

Четверг

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Каша молочная пшеничная	180	200
Хлеб с маслом и твердым сыром	20/5/3	30/10/5
Чай с лимоном	150	180
10:00 Свежие фрукты/сок фруктовый	1 шт/70	1 шт/120
Обед		
Свежие овощи	30	40
Суп с мясными фрикадельками	180/25	200/30
Плов рисовый с мясом	140	160
Хлеб пшеничный	40	60
Компот из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
Полдник		
Вареники с картошкой	100	130
Цикорий на молоке	150	180

Пятница

Название блюда	Выход блюда	
	Ясли	Сад
Завтрак		
Каша гречневая	90	120
Яйцо отварное	1шт.	1шт.
Икра баклажанная (кабачковая)	30	40
Хлеб с маслом и твердым сыром	20/5/3	30/10/5
Чай	150	180
10:00 Свежие фрукты/сок фруктовый	1 шт/70	1 шт/120
Обед		
Икра свекольная	30	40
Суп овощной со сметаной	180	200
Каша пшеничная	90	120
Мясо тушеное с овощной подливой	60	80
Хлеб пшеничный	40	60
Компот из свежих фруктов (сухофрукты)	150	180
Полдник		
Творожно-манный пудинг с повидлом	110	135
Кисель молочный	150	180