

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 14 «Алиса»  
И.В.Иванова  
приказ №15-ОД от 09.01.2024

**Основное меню для питания детей от 1,5 до 3 лет  
в МБДОУ "Детский сад № 14" Алиса"**

Наименование блюда	Выход блюда
<b>1-я неделя</b>	
<b>День 1 (понедельник)</b>	
Каша гречневая вязкая	150
Чай с сахаром	180
Печенье	18
<b>Итого завтрак</b>	348
Сок фруктовый	100
Хлеб пшеничный	20
Суп картофельный с горохом	150
Бефстроганов из отварного мяса	50
Макароны отварные	120
Салат из моркови	40
Компот из свежих яблок	150
Хлеб ржаной	40
<b>Итого обед</b>	550
Какао с молоком	150
Батон с повидлом	35
Груша	60
<b>Итого полдник</b>	245
Винегрет овощной	120
Яйцо вареное	40
Кофейный напиток без молока	150
Хлеб пшеничный	20
<b>Итого ужин</b>	330
<b>День 2 (вторник)</b>	
Каша из смеси круп жидкая	150
Кофейный напиток с молоком	150
Бутерброд с маслом	25
<b>Итого завтрак</b>	325
Яблоки	100
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150
Голубцы ленивые	120
Салат из свеклы	40
Компот из сухофруктов	150
Хлеб ржаной	40

<b>Итого обед</b>	500
Кефир	150
Булочка "Домашняя"	60
<b>Итого полдник</b>	210
Пудинг рыбный запеченный	90
Картофельное пюре	120
Салат из белокочанной капусты	40
Чай с лимоном	180
Хлеб пшеничный	20
<b>Итого ужин</b>	450
<b>День 3 (среда)</b>	
Суп молочный с макаронными изделиями	150
Чай с сахаром	180
Бутерброд с маслом, сыром	35
<b>Итого завтрак</b>	365
Яблоко	80
Печенье	18
Суп картофельный с крупой	150
Котлеты рубленые	60
Рагу из овощей	120
Огурчик солёный	20
Кисель из сока	150
Хлеб ржаной	40
<b>Итого обед</b>	540
Сок	100
Вафли	20
<b>Итого полдник</b>	160
Пудинг из творога запечённый	120
Соус молочный сладкий	35
Чай с сахаром	180
Хлеб пшеничный	30
<b>Итого ужин</b>	365
<b>День 4 (четверг)</b>	
Каша овсяная "Геркулес" жидкая	150
Кофейный напиток с молоком	150
Бутерброд с маслом	25
<b>Итого завтрак</b>	425
Сок	80
Яйцо	40
Суп картофельный	150
Котлета рубленая из курицы	60
Капуста тушеная	120
Компот из изюма	150
Хлеб ржаной	40

<b>Итого обед</b>	520
Ряженка	150
Пирожок с повидлом	60
<b>Итого полдник</b>	210
Биточки рыбные запеченные	60
Салат из свеклы	120
Чай с лимоном	180
Хлеб пшеничный	20
<b>Итого ужин</b>	380
<b>День 5 (пятница)</b>	
Каша рисовая жидкая	150
Чай с сахаром	180
Бутерброд с маслом, сыром	35
<b>Итого завтрак</b>	365
Сок:	100
Борщ с капустой и картофелем	150
Печень по строгановски	80
Пюре картофельное	120
Салат из солёных огурцов с луком	40
Компот из сухофруктов	150
Хлеб ржаной	40
<b>Итого обед</b>	580
Какао с молоком	150
Бутерброд с маслом	25
Груша	60
<b>Итого полдник</b>	235
Запеканка из творога	120
Соус молочный сладкий	35
Кофейный напиток с молоком	150
Хлеб пшеничный	20
<b>Итого завтрак</b>	325
<b>2-я неделя</b>	
<b>День 6 (понедельник)</b>	
Макароны отварные с сыром	155
Чай с сахаром	180
Печенье	18
<b>Итого завтрак</b>	353
Сок фруктовый	100
Суп картофельный с фасолью	150
Тефтели мясные	110
Рагу из овощей	120
Огурчик солёный	20
Компот из изюма	150
Хлеб ржаной	40
<b>Итого обед</b>	590

Кофейный напиток с молоком	150
Батон с повидлом	35
Яблоко	60
<b>Итого полдник</b>	<b>245</b>
Омлет натуральный	80
Салат из свеклы	40
Чай с сахаром	180
Хлеб пшеничный	30
<b>Итого ужин</b>	<b>330</b>
<b>День 7 (вторник)</b>	
Каша ячневая вязкая	150
Какао с молоком	150
Бутерброд с маслом	25
<b>Итого завтрак</b>	<b>325</b>
Груша	80
Печенье	18
Щи из свежей капусты с картофелем	150
Гуляш из отварного мяса	60
Картофельное пюре	120
Салат из моркови	40
Компот из сухофруктов	150
Хлеб ржаной	40
<b>Итого обед</b>	<b>560</b>
Кефир	150
Булочка домашняя	60
<b>Итого полдник</b>	<b>210</b>
Фрикадельки рыбные, запечённые с молочным	100
Капуста тушённая	120
Чай с лимоном	180
Яйцо	40
Хлеб пшеничный	20
<b>Итого ужин</b>	<b>460</b>
<b>День 8 (среда)</b>	
Каша манная жидкая	150
Кофейный напиток с молоком	150
Бутерброд с маслом	25
Яйцо отварное	40
<b>Итого завтрак</b>	<b>365</b>
Яблоко	80
Вафли	20
Рассольник Ленинградский	150
Жаркое по домашнему	120
Салат с капусты	40
Кисель из сока	150
Хлеб ржаной	40
<b>Итого обед</b>	<b>500</b>

Какао с молоком	150
Бутерброд с маслом	25
Груша	60
<b>Итого полдник</b>	<b>235</b>
Запеканка творожная	120
Соус молочный сладкий	35
Чай с сахаром	180
Хлеб пшеничный	20
<b>Итого ужин</b>	<b>355</b>
<b>День 9 (четверг)</b>	
Каша пшённая жидкая	150
Чай с сахаром	180
Бутерброд с маслом	25
<b>Итого завтрак</b>	<b>415</b>
Сок	150
Суп с клёцками	150
Плов из курицы	120
Салат из моркови	40
Компот из свежих яблок	150
Хлеб ржаной	40
<b>Итого обед</b>	<b>500</b>
Ряженка	150
Ватршка	60
<b>Итого полдник</b>	<b>210</b>
Котлеты рыбные запечённые	70
Свекла тушенная	100
Яйцо варёное	40
Чай с лимоном	180
Хлеб пшеничный	20
<b>Итого ужин</b>	<b>410</b>
<b>День 10 (пятница)</b>	
Каша пшеничная вязкая	150
Какао с молоком	150
Яйцо варёное	40
Бутерброд с маслом, сыром	35
<b>Итого завтрак</b>	<b>375</b>
Яблоко	80
Печенье	18
Суп с рыбными фрикадельками	150
Биточки рубленые	60
Картофельное пюре	120
Салат из белокочанной капусты	40
Компот из сухофруктов	150
Хлеб ржаной	40
<b>Итого обед</b>	<b>560</b>
Кисель из сока	150

Вафли	20
<b>Итого полдник</b>	<b>170</b>
Салат из картофеля с солёными огурцами	120
Оладьи из печени	80
Чай с сахаром	180
Хлеб пшеничный	20
<b>Итого ужин</b>	<b>400</b>