

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детского сада № 109 г. Пензы

_____ О.Н. Крайнова

Приказ № 1036 от «30» сентября 2025 г.

Десятидневное меню
для организации питания детей,
посещающих МБДОУ детский сад № 109 г. Пензы

(период с 01.10.2025 г. по 31.10.2025 г.)

2025 год

	Понедельник-1			Вторник-1			Среда-1			Четверг-1			Пятница-1		
		выход			выход			выход			выход			выход	
		ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад
Завт-рак	Каша из пшена и риса молочная жидкая «Дружба»	150	200	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	Каша пшенная молочная	150	200	Каша рисовая молочная	150	200	Каша манная молочная жидкая	150	200
	Кофейный напиток с молоком	160	180	Чай с сахаром	160	190	Кофейный напиток с молоком	160	180	Какао с молоком	160	180	Кофейный напиток с молоком	160	180
	Хлеб пшеничный/масло сливочное	30/5	30/5	Хлеб пшеничный/Масло сливочное	30/7	30/7	Хлеб пшеничный/масло сливочное	30/5	30/6	Хлеб пшеничный/масло сливочное	30/6	30/5	Хлеб пшеничный/масло сливочное	30/7	30/7
2 завтрак	10.00 снежок	100	100				10-00 яблоко	75	75	10-00 молоко кипяченое	100	100	10-00 яблоко	88	88
Обед				Салат из свеклы	30	50							Салат из свеклы	30	50
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	150	200	Щи с капустой и картофелем	150	200	Рассольник ленинградский	150	200	Борщ из свежей капусты с картофелем	150	200	Суп картофельный с клецками	150	200
	Шницель мясной	60	60	Сметана для 1-го блюда	3	4	Сметана для 1-го блюда	3	4	Сметана для 1-го блюда	3	4	Биточки припущенные (из птицы)	60	65
	Соус сметанный	15	20	Котлета мясная	60	65	Тефтели	55	55	Запеканка вермишелевая с мясом	160	180	Пюре картофельное	110	130
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	130	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	110	130	Капуста тушеная	110	130	Соус сметанный	15	15	Кисель из повидла	150	180
	Компот из изюма	150	180	Компот из сухофруктов	150	180	Компот из свежих фруктов	150	180	Компот из сухофруктов	150	180	Хлеб ржано-пшеничный	40	50
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	Хлеб ржано-пшеничный	40	50			
Полд-ник	Салат из моркови	60	60	Салат из белокочанной капусты с морковью	30	50				Салат из белокочанной капусты с морковью	30	30	Салат из моркови	60	60
	Булочка творожная	80	80	Суфле рыбное	60	60	Омлет натуральный	80	80	Котлеты рыбные любительские	70	70	Запеканка из творога	80	90
	Чай с лимоном	160	200	Хлеб пшеничный	30	30	Хлеб пшеничный	30	30	Хлеб пшеничный	30	30	Соус молочный (сладкий)	20	20
				Чай с сахаром	160	190	Чай с сахаром	160	190	Чай с сахаром	160	190	Чай с сахаром	160	190

	Понедельник-2			Вторник-2			Среда-2			Четверг-2			Пятница-2		
Завтрак	Каша пшениная молочная	150	200	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	Каша гречневая молочная	150	200	Суп молочный с крупой (рисовой)	150	200	Каша манная молочная	150	200
	Кофейный напиток с молоком	160	180	Какао с молоком	160	180	Кофейный напиток с молоком	160	180	Какао с молоком	160	180	Чай с лимоном	160	200
	Хлеб пшеничный/масло сливочное	30/7	30/7	Хлеб пшеничный/масло сливочное	30/5	30/5	Хлеб пшеничный/масло сливочное	30/5	30/7	Бутерброд с маслом	40	40	Хлеб пшеничный/масло сливочное	30/6	30/10
2 завтрак	10-00 молоко кипяченое	100	100	10.00 яблоко	75	75	10-00 снежок	80		10.00 яблоко	88	88	10-00 сок фруктовый	100	100
Обед				Салат витаминный	30	50	Салат из белокочанной капусты с морковью	30	50	Салат из свеклы с соленым огурцом	30	50	Салат витаминный	30	50
	Суп картофельный с рисом	150	200	Рассольник	150	200	Борщ с картофелем	150	200	Суп крестьянский с крупой	150	200	Суп картофельный с вермишелью	150	200
	Тефтели	60	70	Сметана для 1-го блюда	3	4	Сметана для 1-го блюда	3	4	Сметана для 1-го блюда	3	4	Котлеты рубленые из птицы	65	70
	Капуста тушеная	110	130	Мясо тушеное	60	60	Котлета мясная	50	50	Рагу из птицы	175	200	Рис отварной с овощами	110	130
	Компот из сухофруктов	150	180	Пюре картофельное	110	130	Макаронные изделия отварные с маслом	110	130	Компот из свежих фруктов	150	180	Кисель из повидла	150	180
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	Компот из сухофруктов	150	180	Компот из сухофруктов	150	180	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	Хлеб ржано-пшеничный	40	50
				Хлеб ржано-пшеничный	40	50	Хлеб ржано-пшеничный	40	50						
Полдник	Салат из моркови	60	60	Салат из свеклы	30	30				Салат картофельный	30	50	Салат из моркови	60	60
	Булочка домашняя	60	80	Омлет натуральный	80	80	Запеканка из творога	80	100	Рыба запеченная в омлете	80	80	Суфле творожное	100	100
	Сок фруктовый	150	180	Чай с сахаром	160	190	Чай с сахаром	160	190	Чай с сахаром	160	190	Чай с сахаром	160	190
				Хлеб пшеничный	30	30	Соус молочный (сладкий)	15	20	Хлеб пшеничный	30	30	Соус молочный (сладкий)	20	20
													Печенье сахарное	15	15

