

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детского сада № 109 г. Пензы

_____ О.Н. Крайнова

Приказ № 476 от «27» апреля 2026 г.

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

(период с 01.05.2026 г. по 31.05.2026 г.)

2026 год

	Понедельник-1			Вторник-1			Среда-1			Четверг-1			Пятница-1		
	выход		ясли	выход		ясли	выход		ясли	выход		ясли	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
	Какао 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
	Бутерброд с маслом/ Хлеб пшеничный/ Масло сливочное	30/10	30/6	Хлеб пшеничный/ Масло сливочное/сыр	30/8/6	30/10/6	Бутерброд с маслом	30/10	30/10	Бутерброд с маслом	30/8	30/8	Бутерброд с маслом /сыр	40/7	40/6
2 завтрак	10.00 сок	100	100	10-00 яблоко	70	70	10-00 сок	120	100	10.00 снежок	100	100	10-00 банан	60	60
Обед				Салат из свежих огурцов	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	70	80	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)	70	80
	Соус сметанный	15	20	Котлета мясная	70	70	Тефтели	70	80	Запеканка вермишелевая с мясом	180	200	Пюре картофельное	110	130
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	130	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	110	130	Рагу из овощей	110	130	Соус сметанный	15	15	Компот из сухофруктов	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	Булочка творожная	80	80	Салат из свеклы	50	50	Салат картофельный	30	50	Салат из свежих огурцов	30	30	Запеканка из творога	100	100
	Снежок	150	180	Суфле рыбное	60	60	Омлет натуральный	100	100	Рыба запеченная в омлете	80	80	Соус молочный (сладкий)	20	20
				Хлеб пшеничный	30	30	Хлеб пшеничный	30	40	Хлеб пшеничный	30	30	Чай с сахаром	160	190
				Чай с лимоном	160	200	Чай с сахаром	160	190	Чай с лимоном	160	200	Печенье	20	20

	Понедельник-2			Вторник-2			Среда-2			Четверг-2			Пятница-2		
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150	200	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	Каша геркулесовая 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 сахаром	160	190
	Бутерброд с маслом /сыр	30/9/7	30/10/7	Хлеб пшеничный/масло сливочное/бутерброд с маслом	30/8	30/7	Хлеб пшеничный/масло сливочное	30/5	30/5	Хлеб пшеничный/масло сливочное/сыр	30/6/5	30/6/5	Бутерброд с маслом	30/10	30/10
2 завтрак	10-00 снежок	100	100	10.00 яблоко	88	75	10-00 молоко кипяченое	100	100	10.00 банан	72	60	10-00 яблоко	88	88
Обед				Салат из свежих огурцов	30	50	Помидоры свежие	20	25	Салат из свеклы с соленым огурцом	30	50	Салат из свежих огурцов	30	50
	Суп картофельный с рисом	150	200	Рассольник ленинградский	150	200	Борщ с картофелем	150	200	Суп крестьянский с крупой	150	200	Суп картофельный с вермишелью	150	200
	Тефтели	70	80	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	70	80
	Капуста тушеная	110	130	Биточек мясной	70	80	Котлета мясная	70	75	Биточки припущенные (из птицы)	70	80	Рис отварной с овощами	110	130
	Компот из сухофруктов	150	180	Пюре картофельное	110	130	Макаронные изделия отварные с маслом	110	130	Пюре картофельное	110	130	Кисель из сухофруктов	150	180
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	Компот из свежих фруктов	150	180	Компот из сухофруктов	150	180	Компот из свежих фруктов	150	180	Хлеб ржано-пшеничный	40	50
				Хлеб ржано-пшеничный	40	50	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	Хлеб ржано-пшеничный	40	50			
Полдник	Винегрет	50	50	Салат из свеклы	30	30				Салат картофельный	30	50			
	Булочка домашняя	80	80	Омлет натуральный	100	100	Запеканка из творога	100	100	Рыба запеченная в омлете	80	80	Суфле творожное	100	100
	Сок фруктовый	150	180	Чай с лимоном	160	200	Чай с сахаром	160	190	Чай с сахаром	160	190	Сок фруктовый	150	200
				Хлеб пшеничный	30	30	Соус молочный (сладкий)	15	20	Хлеб пшеничный	30	30	Соус молочный (сладкий)	20	20
													Печенье сахарное	20	20