Примерное 10-ти дневное меню для организации питания детей от 1,5 – 3 лет на зимне-весенний период 2023 – 2024 года

№ по	Завтрак	Выход	№ по	Обед	Выход,	№ по	Полдник	Выход
сборнику рецептур		Γ	сборнику рецептур		Г	сборнику рецептур		Г
1 день		I.			II.			
191(4)	Каша вязкая из смеси круп	150	95	Суп с рыбными консервами	150	435	Булочка ванильная	50
1	Бутерброд с маслом	35	312	Рулет с луком и морковью (с молоком)	60	378	Кисель	120
416	Какао с молоком	150	372	Соус сметанный	15	41	Салат из моркови и яблок	35
н/р	Кондитерские изделия	12	137	Овощное рагу	120			
418	2-ой завтрак Сок фруктовый	100	416	Компот из свежих яблок	150			
			н/р	Хлеб ржаной	40			
2 день					II.			
205	Макароны с маслом и сахаром	130	н/р	Огурец солёный	35	255	Зразы из творога с изюмом	50
3	Бутерброд с сыром	35	63	Борщ с капустой и картофелем	150	372	Соус сметанный	15
412	Чай с лимоном	150	311	Запеканка из мяса с рисом	150	419	Кефир (Йогурт)	120
			394	Компот из сухофруктов	150			
386	2-ой завтрак Яблоко	100	н/р	Хлеб ржаной	40			
3 день					1			
57	Икра кабачковая	40	85	Суп картофельный с гренками	150	101	Суп молочный рисовый	150
274	Шницель рыбный натуральный	60	374	Соус сметанный с луком	30	460	Крендель сахарный	50
412	Чай с сахаром	150	303	Тефтели мясные (с соусом)	120	414	Кофейный напиток	150

1	Бутерброд с маслом	35	354	Капуста тушеная	120			
418	2-ой завтрак Сок фруктовый	100	416	Компот из свежих яблок	150			
			н/р	Хлеб ржаной	40			
4 день		I.			-L	L		
3	Бутерброд с сыром	35	20	Салат из солёных огурцов с луком	40	245	Сырники из творога	50
101	Суп молочный гречневый	120	73	Щи из свежей капусты с картофелем	150	369	Соус молочный (сладкий)	30
416	Какао с молоком	150	302	Птица, тушенная в соусе с овощами	120	419	Молоко кипяченное	120
н/р	Кондитерские изделия	12	394	Компот из сухофруктов	150	н/р	Батон нарезной	30
368	2-ой завтрак Яблоко	95	н/р	Хлеб ржаной	40			
5 день								
167	Каша перловая с маслом и сахаром	120	21	Салат из белокочанной капусты	35	242	Рыба запеченная с овощами	40
1	Бутерброд с маслом	35	91/128	Суп картофельный с клецками	150/15	386	Яблоко свежее	94
411	Чай с молоком	150	277	Гуляш из отварного мяса	60	420	Йогурт (Кефир)	150
			180	Каша рисовая с овощами	120			
418	2-ой завтрак Сок фруктовый	100	416	Компот из свежих яблок	150			
			н/р	Хлеб ржаной	40			
6 день				•				
3	Бутерброд с сыром	35	40	Суп картофельный с рисом	150	474	Булочка « Российская»	50
101	Суп перловый молочный	120	205	Макароны отварные	120	55	Икра свекольная	35
414	Кофейный напиток с молоком	150	299	Биточки мясные	60	378	Кисель	120
н/р	Кондитерские изделия	12	372	Соус сметанный	15	н/р	Батон нарезной	30

418	2-ой завтрак Сок фруктовый	100	390	Компот из свежих яблок	150			
			н/р	Хлеб ржаной	40			
7 день			1	,	1	"	-	'
1	Бутерброд с маслом	35	20	Салат из соленых огурцов с луком	35	243	Вареники ленивые	65
177	Каша из смеси круп с изюмом	150	65	Борщ вегетарианский (мелко шинкованный)	150	369	Соус молочный (сладкий)	15
412	Чай с лимоном	150/7	165	Каша гречневая с маслом	120	419	Молоко кипяченое	150
			278	Бефстроганов из мяса с соусом сметано-томатным	60			
386	2-ой завтрак Яблоко	94	394	Компот из сухофруктов	150			
	-		н/р	Хлеб ржаной	40			
8 день				,			- -	
3	Бутерброд с сыром	35	н/р	Огурец солёный	35	57	Икра кабачковая	40
168	Каша молочная манная	120	64	Борщ с картофелем (свекольник)	150	169	Запеканка овощная	130
414	Кофейный напиток с молоком	150	304	Плов с мясом птицы	160	420	Йогурт (Кефир)	150
н/р	Кондитерские изделия	12	394	Компот из сухофруктов	150	н/р	Батон нарезной	30
418	2-ой завтрак Сок фруктовый	100	н/р	Хлеб ржаной	40	386	Яблоко	94
9 день			l	,				l
1	Бутерброд с маслом	35	88	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	20	Рыба соленая	30
94	Суп молочный с крупой	150	315	Голубцы ленивые	120	46	Винегрет овощной	35
414	Кофейный напиток	150	373	Соус сметанный с томатом	30	412	Чай с лимоном	150/7
			394	Компот из сухофруктов	150	н/р	Батон нарезной	30
368	2-ой завтрак Яблоко	95	н/р	Хлеб ржаной	40	1	1	
10 день		1	<u> </u>		I.		l	

3	Бутерброд с сыром	35	20	Салат из соленых огурцов с	35	236	Пудинг из творога с	50
				луком			манкой	
101	Суп молочный пшеничный	120	73	Щи из свежей капусты с картофелем	150	369	Соус молочный (сладкий)	15
419	Молоко кипяченое	150	297	Хлебец мясной « Деликатесный»	60	42	Салат из моркови	35
			339	Картофельное пюре	120	420	Йогурт (Кефир)	150
418	2-ой завтрак Сок фруктовый	100	390	Компот из свежих яблок	150			
			н/р	Хлеб ржаной	40			

Условные обозначения:

н/р – рецептура блюд отсутствует.