Серги
евская
Ольга
Васил
ьевна

Подписано цифровой подписью: Сергиевская Ольга Васильевна
Дата: 2026.02.11 16:49:16 +03'00'

Утверждаю: заведующий МБДОУ детский сад №15 "Теремок" О.В. Сергиевская

Примерное десятидневное весенние меню категория: ясли (1-3 лет)

1 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Каша пшенная молочная жидкая	150	185д
Масло (порциями)	5,	6
Какао с молоком	150	397
Хлеб пшеничный	20	701
ЗАВТРАК 2		
Фрукт	100	371а
ОБЕД		
Салат из картофеля с солеными огурцами	45	22
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	82
Голубцы ленивые	150	298
Компот из сухофруктов	150	376а
Хлеб ржаной	30	700
Хлеб пшеничный	20	701
ПОЛДНИК		
Вареники ленивые	80	229
Молоко сгущенное	15,	400а
Чай с молоком или сливками	150	394

2 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Каша гречневая молочная жидкая	150	185б
Сыр (порциями)	10	7
Чай с сахаром	150	392
Хлеб пшеничный	20	701
ЗАВТРАК 2		
Сок фруктовый	150	398а
ОБЕД		
Икра кабачковая с растительным маслом	40	53а
Рассольник ленинградский с мясом	150	76
Шницель рыбный натуральный	65	258
Пюре картофельное с капустой тушеной (сложный гарнир)	140	321а
Кисель	180	384а
Хлеб ржаной	30	700
Хлеб пшеничный	20	701
ПОЛДНИК		
Булочка домашняя	50,	469
Молоко кипяченое	180	400

3 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Омлет натуральный	100	215
Масло (порциями)	5	6
Кофейный напиток с молоком	150	395
Хлеб пшеничный	20	701
ЗАВТРАК 2		
Фрукт	100	371а
ОБЕД		
Салат из свеклы	45	33
Суп рыбный со сметаной	150	84б
Котлета куриная	60,	305
Макаронные изделия отварные	120	204
Чай с сахаром	150	392
Хлеб ржаной	30	700
Хлеб пшеничный	20	701
ПОЛДНИК		
Кефир	100	420
Кондитерское изделие	45,	501

4 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	168б
Чай с молоком или сливками	150,	394
Хлеб пшеничный	20,	701
ЗАВТРАК 2		
Сок фруктовый	100,	398а
ОБЕД		
Винегрет овощной	45,	45
Суп гороховый	150,	88б
Гренки из пшеничного хлеба для супа	10,	115
Суфле куриное	65	310
Рагу овощное	120,	137а
Компот из сухофруктов	150,	376а
Хлеб ржаной	30	700
ПОЛДНИК		
Блинчики с джемом, протертыми ягодами	53 /15	549
Молоко кипяченое	180	400

5 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")	150	185в
Масло (порциями)	5,	6
Какао с молоком	150	397
Хлеб пшеничный	20	701
ЗАВТРАК 2		
Фрукт	100	371а
ОБЕД		
Салат из горошка зеленого с репчатым луком	45,	192
Щи из свежей капусты со сметаной	150	67
Жаркое по-домашнему	160	276
Компот из сухофруктов	150	376а
Хлеб ржаной	30	700
Хлеб пшеничный	20	701
ПОЛДНИК		
Пудинг из творога с рисом	120	236
Молоко сгущенное	15,	400а
Чай с сахаром	150	392

6 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	150	185г
Кофейный напиток с молоком	150,	395
Масло (порциями)	5,	6
Хлеб пшеничный	20,	701
ЗАВТРАК 2		
Фрукт	100	371а
ОБЕД		
Салат из горошка зеленого с репчатым луком	45,	192
Щи из свежей капусты со сметаной	150	67
Гуляш из отварного мяса	80	277
Каша гречневая рассыпчатая	120	167а
Компот из сухофруктов	150	376а
Хлеб ржаной	30	700
Хлеб пшеничный	20	701
ПОЛДНИК		
Омлет с овощами	100,	220
Чай с сахаром	150,	392
Хлеб пшеничный	20,	701

7 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Каша манная молочная с маслом сливочным	150	168г
Сыр (порциями)	10	7
Кофейный напиток с молоком	150	395
Хлеб пшеничный	20	701
ЗАВТРАК 2		
Сок фруктовый	150	398а
ОБЕД		
Салат из картофеля с солеными огурцами	45	22
Рассольник ленинградский с мясом	150	76
Тефтели из говядины	70,	286а
Капуста тушеная (гарнир)	120	336
Чай с сахаром	150	392
Хлеб пшеничный	20	701
Хлеб ржаной	30	700
ПОЛДНИК		
Кондитерское изделие	45,	501
Кефир	150,	420

8 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Запеканка из творога	100	237
Молоко сгущенное	15,	400а
Чай с сахаром	150	392
Хлеб пшеничный	20	701
ЗАВТРАК 2		
Фрукт	100	371а
ОБЕД		
Салат из свеклы	45	33
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	83
Котлеты рыбные любительские	60	256
Картофель в молоке (гарнир)	120	319
Компот из сухофруктов	150	376а
Хлеб пшеничный	20	701
Хлеб ржаной	30	700
ПОЛДНИК		
Булочка домашняя	50,	469
Молоко кипяченое	180	400

9 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Каша пшенная молочная жидкая	150	185д
Какао с молоком	150	397
Масло (порциями)	5,	6
Хлеб пшеничный	20	701
ЗАВТРАК 2		
Сок фруктовый	150	398а
ОБЕД		
Икра кабачковая с растительным маслом	45,	53а
Борщ с мясом	150	62
Плов из птицы	120,	304
Кисель	180	384а
Хлеб пшеничный	20	701
Хлеб ржаной	30	700
ПОЛДНИК		
Рагу овощное	120,	137а
Чай с сахаром	150	392
Хлеб пшеничный	20	701

10 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Суп молочный с макаронными изделиями	150	93
Масло (порциями)	5,	6
Кофейный напиток с молоком	150	395
Хлеб пшеничный	20	701
ЗАВТРАК 2		
Фрукт	100	371а
ОБЕД		
Винегрет овощной	45	45
Суп крестьянский со сметаной	150	80а
Картофельная запеканка с мясом	150,	97
Соус сметанный с томатом	20	355
Компот из сухофруктов	150	376а
Хлеб пшеничный	20	701
Хлеб ржаной	30	700
ПОЛДНИК		
Блинчики с джемом, протертыми ягодами	53 /15	549
Чай с молоком или сливками	150	394

Сергиевская Ольга Васильевна

Подписано цифровой подписью: Сергиевская Ольга Васильевна

Дата: 2026.02.11 16:50:28 +03'00'

Утверждаю: заведующий МБДОУ детский сад №15 "Теремок" О.В. Сергиевская

Примерное десятидневное весенние меню категория: ясли (1-3 лет)

1 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Каша пшенная молочная жидкая	150	185д
Масло (порциями)	5,	6
Какао с молоком	150	397
Хлеб пшеничный	20	701
ЗАВТРАК 2		
Фрукт	100	371а
ОБЕД		
Салат из картофеля с солеными огурцами	45	22
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	82
Голубцы ленивые	150	298
Компот из сухофруктов	150	376а
Хлеб ржаной	30	700
Хлеб пшеничный	20	701
ПОЛДНИК		
Вареники ленивые	80	229
Молоко сгущенное	15,	400а
Чай с молоком или сливками	150	394

2 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Каша гречневая молочная жидкая	150	185б
Сыр (порциями)	10	7
Чай с сахаром	150	392
Хлеб пшеничный	20	701
ЗАВТРАК 2		
Сок фруктовый	150	398а
ОБЕД		
Икра кабачковая с растительным маслом	40	53а
Рассольник ленинградский с мясом	150	76
Шницель рыбный натуральный	65	258
Пюре картофельное с капустой тушеной (сложный гарнир)	140	321а
Кисель	180	384а
Хлеб ржаной	30	700
Хлеб пшеничный	20	701
ПОЛДНИК		
Булочка домашняя	50,	469
Молоко кипяченое	180	400

3 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Омлет натуральный	100	215
Масло (порциями)	5	6
Кофейный напиток с молоком	150	395
Хлеб пшеничный	20	701
ЗАВТРАК 2		
Фрукт	100	371а
ОБЕД		
Салат из свеклы	45	33
Суп рыбный со сметаной	150	84б
Котлета куриная	60,	305
Макаронные изделия отварные	120	204
Чай с сахаром	150	392
Хлеб ржаной	30	700
Хлеб пшеничный	20	701
ПОЛДНИК		
Кефир	100	420
Кондитерское изделие	45,	501

4 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	168б
Чай с молоком или сливками	150,	394
Хлеб пшеничный	20,	701
ЗАВТРАК 2		
Сок фруктовый	100,	398а
ОБЕД		
Винегрет овощной	45,	45
Суп гороховый	150,	88б
Гренки из пшеничного хлеба для супа	10,	115
Суфле куриное	65	310
Рагу овощное	120,	137а
Компот из сухофруктов	150,	376а
Хлеб ржаной	30	700
ПОЛДНИК		
Блинчики с джемом, протертыми ягодами	53 /15	549
Молоко кипяченое	180	400

5 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")	150	185в
Масло (порциями)	5,	6
Какао с молоком	150	397
Хлеб пшеничный	20	701
ЗАВТРАК 2		
Фрукт	100	371а
ОБЕД		
Салат из горошка зеленого с репчатым луком	45,	192
Щи из свежей капусты со сметаной	150	67
Жаркое по-домашнему	160	276
Компот из сухофруктов	150	376а
Хлеб ржаной	30	700
Хлеб пшеничный	20	701
ПОЛДНИК		
Пудинг из творога с рисом	120	236
Молоко сгущенное	15,	400а
Чай с сахаром	150	392

6 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	150	185г
Кофейный напиток с молоком	150,	395
Масло (порциями)	5,	6
Хлеб пшеничный	20,	701
ЗАВТРАК 2		
Фрукт	100	371а
ОБЕД		
Салат из горошка зеленого с репчатым луком	45,	192
Щи из свежей капусты со сметаной	150	67
Гуляш из отварного мяса	80	277
Каша гречневая рассыпчатая	120	167а
Компот из сухофруктов	150	376а
Хлеб ржаной	30	700
Хлеб пшеничный	20	701
ПОЛДНИК		
Омлет с овощами	100,	220
Чай с сахаром	150,	392
Хлеб пшеничный	20,	701

7 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Каша манная молочная с маслом сливочным	150	168г
Сыр (порциями)	10	7
Кофейный напиток с молоком	150	395
Хлеб пшеничный	20	701
ЗАВТРАК 2		
Сок фруктовый	150	398а
ОБЕД		
Салат из картофеля с солеными огурцами	45	22
Рассольник ленинградский с мясом	150	76
Тефтели из говядины	70,	286а
Капуста тушеная (гарнир)	120	336
Чай с сахаром	150	392
Хлеб пшеничный	20	701
Хлеб ржаной	30	700
ПОЛДНИК		
Кондитерское изделие	45,	501
Кефир	150,	420

8 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Запеканка из творога	100	237
Молоко сгущенное	15,	400а
Чай с сахаром	150	392
Хлеб пшеничный	20	701
ЗАВТРАК 2		
Фрукт	100	371а
ОБЕД		
Салат из свеклы	45	33
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	83
Котлеты рыбные любительские	60	256
Картофель в молоке (гарнир)	120	319
Компот из сухофруктов	150	376а
Хлеб пшеничный	20	701
Хлеб ржаной	30	700
ПОЛДНИК		
Булочка домашняя	50,	469
Молоко кипяченое	180	400

9 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Каша пшенная молочная жидкая	150	185д
Какао с молоком	150	397
Масло (порциями)	5,	6
Хлеб пшеничный	20	701
ЗАВТРАК 2		
Сок фруктовый	150	398а
ОБЕД		
Икра кабачковая с растительным маслом	45,	53а
Борщ с мясом	150	62
Плов из птицы	120,	304
Кисель	180	384а
Хлеб пшеничный	20	701
Хлеб ржаной	30	700
ПОЛДНИК		
Рагу овощное	120,	137а
Чай с сахаром	150	392
Хлеб пшеничный	20	701

10 день

ЗАВТРАК	Масса порции, г	тех.карта
Суп молочный с макаронными изделиями	150	93
Масло (порциями)	5,	6
Кофейный напиток с молоком	150	395
Хлеб пшеничный	20	701
ЗАВТРАК 2		
Фрукт	100	371а
ОБЕД		
Винегрет овощной	45	45
Суп крестьянский со сметаной	150	80а
Картофельная запеканка с мясом	150,	97
Соус сметанный с томатом	20	355
Компот из сухофруктов	150	376а
Хлеб пшеничный	20	701
Хлеб ржаной	30	700
ПОЛДНИК		
Блинчики с джемом, протертыми ягодами	53 /15	549
Чай с молоком или сливками	150	394