

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ
«Детский сад № 2 «Дахар»
М.В. Баширова
01.09.2025г

Десятидневное меню

Дни	Завтрак	№ Т/к	Обед	№ Т/к	Уплотненный полдник	№ Т/к
1-день	1. Каша кукурузная вязкая 180		1. Салат из свеклы с чесноком 50		1. Суп молочный с вермишелью 250	
	2. Чай с сахаром 185/15		2. Щи со сметаной 180		2. Сырники со сметаной 60/5	
	3. Бутерброд с маслом 35/5		3. Плов с курицей 150		3. Чай с сахаром и лимоном 185/15/7	
	2 Завтрак		4. Хлеб 45		4. Хлеб 50	
	1. Печенье 20		5. Компот из свежих плодов 180			
2-день	2. Сок 100					
	1. Каша «Дружба» 180		1. Салат морковный с зеленым горошком 50		1. Суп молочный гречневый 250	
	2. Какао с молоком 180		2. Суп картофельный на м/б 180		2. Чай с сахаром 185/15	
	3. Бутерброд с джемом 35/5		3. Макароны отварные 130		3. Йогурт 200	
	2 Завтрак		4. Рыба тушеная 70		4. Хлеб 50	
3-день	1. Вафли 20		5. Хлеб 45			
	2. Чай с сахаром 100/10		6. Компот 180			
	1. Каша пшеничная вязкая 180		1. Салат из свежих овощей 50		1. Суп молочный рисовый 250	
	2. Чай с сахаром 185/15		2. Борщ со сметаной на м/б 180		2. Булочка домашняя 60	
	3. Бутерброд с маслом 35/5		3. Пюре картофельное 130		3. Компот 200	
4-день	2 Завтрак		4. Куриное мясо с подливой 70		4. Хлеб 45	
	1. Печенье 20		5. Хлеб 40			
	2. Сок 100		6. Чай с сахаром 185/15			
	1. Каша манная 180		1. Салат из свежей капусты 60		1. Вареники ленивые с творогом 200/30	
	2. Какао с молоком 180		2. Суп из фасоли на м/б 180		2. Чай с сахаром и лимоном 185/15/7	
5-день	3. Бутерброд с сыром 35/5		3. Плов с мясом 150		3. Банан 200	
	2 Завтрак		4. Хлеб 40			
	1. Вафли 20		5. Компот 180			
	2. Чай с сахаром 100/10					
	1. Каша пшеничная жидкая 180		1. Салат из свежих овощей 50		1. Суп молочный с вермишелью 200	
	2. Чай с сахаром 185/15		2. Рассольник перловой на к/б 180		2. Оладьи со сметаной 60	
	3. Бутерброд с маслом 38/5		3. Гречка рассыпчатая 130		3. Компот 200	
	2 Завтрак		4. Куриное филе с подливой 60		4. Хлеб 50	
	1. Печенье 20		5. Хлеб 45			
	2. Сок 100		6. Чай с сахаром 185/15			

6-день	1.Каша «Дружба» 180	1.Салат из свеклы с чесноком 50	1. Суп молочный гречневый 200
	2. Какао с молоком 180	2. Щи со сметаной на м/б 180	2. Пирожки печеные 60
	3. Бутерброд с джемом 35/5	3. Котлеты мясные 70	3. Чай с сахаром и лимоном 185/15/7
	2 Завтрак	4. Макароны отварные 130	4. Хлеб 50
	1. Вафли 20	5. Хлеб 45	
	2. Чай с сахаром 100/10	6. Компот 180	
7-день	1.Каша пшеничная жидкая 180	1.Венегрет 50	1. Суп молочный рисовый 200
	2. Чай с сахаром 185/15	2.Суп вермишелевый на к/б 200	2. Булочка домашняя 60
	3. Бутерброд с маслом 35/5	3.Пюре картофельное 130	3.Компот 200
	2 Завтрак	4.Куриное мясо с подливой 70	4. Хлеб 45
	1. Печенье 20	5. Хлеб 45	
	2. Сок 100	6. Чай с сахаром 185/15	
8-день	1.Каша гречневая вязкая 180	1.Салат из моркови с зеленым горошком 50	1. Вареники ленивые с творогом 200/30
	2.Какао с молоком 180	2. Рассольник перловой на м/б 200	2.Чай с сахаром и лимоном 185/15/7
	3.Бутерброд с сыром 35/5	3. Плов с мясом 150	3. Яблоки 100
	2 Завтрак	4. Хлеб 45	
	1. Вафли 20	5. Компот 180	
	2. Чай с сахаром 100/10		
9-день	1.Каша кукурузная вязкая 180	1.Салат из свежих овощей 60	1. Блинчики с джемом 70/10
	2.Чай с сахаром 188/15	2. Суп гороховый на к/б 180	2.Яйца отварные 40
	3.Бутерброд с маслом 35/5	3. Макароны отварные 130	3. Компот 180
	2 Завтрак	4. Птица тушенная 70	4. Хлеб 50
	1. Печенье 20	5. Хлеб 45	
	2. Сок 100	6. Чай с сахаром 185/15	
10-день	1.Каша манная 180	1.Салат из моркови с зеленым горошком 50	1.Суп молочный рисовый 250
	2.Какао с молоком 180	2. Борщ со сметаной 180	2.Чай с сахаром 185/15
	3.Бутерброд с джемом 35/5	3. Тефтели мясные с подливой 70	3. Хлеб 50
	2 Завтрак	4. Гречка рассыпчатая 130	4. Йогурт 250
	1. Вафли 20	5. Хлеб 45	
	2. Чай с сахаром 100/10	6. Компот 180	

