Подписано цифровой подписью:
МАРТЫШКИНА ОЛЬГА
АНАТОЛЬЕВНА
DN: E=uc_fk@roskazna.ru, S=77 Москва, ИНН
ЮЛ=7710568760, ОГРН=1047797019830,
STREET="Большой Златоустинский переулок, д.
6, строение 1", L=г. Москва, C=RU, O=
Казначейство России, CN=Казначейство России
Причина: Я утвердил этот документ
Местонахождение: г.Ершов ул. Сенная д.1а
Дата: 27 Март 2023 г. 19:08:42

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МДОУ «Детский сад

комбинированного вида №3 «Звездочка»

_____ Мартышкина О.А.

«24» марта 2023 г.

Цикличное двухнедельное меню МДОУ « Детский сад №3 «Звездочка»

г. Ершов Саратовская область

с 28.03.2023 по 10.04.2023

МЕНЮ

Ясли 10,5 часов (от 1,5 до 3-х лет)

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА ВЕСЬ ДЕНЬ) 300	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА ВЕСЬ ДЕНЬ)	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА ВЕСЬ ДЕНЬ)	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА ВЕСЬ ДЕНЬ)	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА ВЕСЬ ДЕНЬ)	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА ВЕСЬ ДЕНЬ)	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА ВЕСЬ ДЕНЬ)	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА ВЕСЬ ДЕНЬ)
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 65	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 180	КАША КУКУРУЗНАЯ	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ 180	КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ" 180	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ 180	КАША МАННАЯ	КАША ПШЕНИЧНАЯ	КАША ИЗ СМЕСИ КРУП С ИЗЮМОМ
КАКАО С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 15
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА 11	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 45	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ 40	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 40	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 30	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(ПЕЧЕНЬЕ ,ВАФЛИ,ПРЯНИКИ) 30	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА 11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 60	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 30	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(ПЕЧЕНЬЕ,ВАФЛИ,ПРЯНИКИ) 30
II Завтрак									
СОК ФРУКТОВЫЙ 130	ФРУКТ(ЯБЛОКО,ГРУША,АПЕЛЬСИН) 100	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 100	ФРУКТ(ЯБЛОКО,ГРУША,АПЕЛЬСИН) 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 130	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 100	ФРУКТ(ЯБЛОКО,ГРУША,АПЕЛЬСИН) 100	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	СОК ФРУКТОВЫЙ 120	ФРУКТ(ЯБЛОКО,ГРУША,АПЕЛЬСИН 100
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(ПЕЧЕНЬЕ,ВАФЛИ,ПРЯНИКИ) 30		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(ПЕЧЕНЬЕ,ВАФЛИ,ПРЯНИКИ) 30		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(ПЕЧЕНЬЕ,ВАФЛИ,ПРЯНИКИ) 30	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(ПЕЧЕНЬЕ ,ВАФЛИ,ПРЯНИКИ) 30				
Обед									
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 200	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ НА (КУРИНОМ ИЛИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ) 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И МЯСОМ (ГОВЯДИНА,КУРЫ)	СУП СВЕКОЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ (КУРИНОМ) БУЛЬОНЕ СО	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ(ГОВЯДИНА,КУРЫ) 150	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ (ГОВЯДИНА, КУРЫ) 150	ЩИ НА МЯСНОМ(КУРИНОМ) БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 150	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 150	СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ НА МЯСНОМ ,КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 180	СУП РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ (ГОВЯДИНА,КУРЫ) БУЛЬОНЕ СО
КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ 100	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 100	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ 130	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ 150	РИС ОТВАРНОЙ 120
ГУЛЯШ 50/50	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАН	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ 60	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 50	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 50	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 120	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 50	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 50	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 40	ЧАЙ С САХАРОМ 150	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 60	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (КУРАГА,ИЗЮМ) 150	САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ (КОНСЕРВЫ) 40	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ 50	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ 30	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 60	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ 30
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (КУРАГА,ИЗЮМ) 150	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (КУРАГА,ИЗЮМ) 150	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА 40	ЧАЙ С САХАРОМ 150	САЛАТ "СВЕКОЛКА" 100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТО	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ
						ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧ

Полднк									
БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ 50	ПУДИНГ МАННЫЙ 100	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕНЫМ	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ 65	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" 60	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАПУСТОЙ 70	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 72	КИСЕЛЬ 150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С САХАРОМ 130

МЕНЮ

Сад 12 часов (от 3-х до 7 лет)

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА ВЕСЬ ДЕНЬ)	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА ВЕСЬ ДЕНЬ)	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА ВЕСЬ ДЕНЬ)	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА ВЕСЬ ДЕНЬ)	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА ВЕСЬ ДЕНЬ)	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (НА ВЕСЬ ДЕНЬ) 300
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША КУКУРУЗНАЯ	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ" 200	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ	КАША ИЗ СМЕСИ КРУП С ИЗЮМОМ 150
КАКАО С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ 180	*МДОУ №3 "Звездочка"*		ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА 15	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 60	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ 45	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(ПЕЧЕНЬЕ ,ВАФЛИ,ПРЯНИКИ) 30	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА 15	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 60	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(ПЕЧЕНЬЕ, ВАФЛИ,ПРЯНИКИ) 50
II Завтрак									
СОК ФРУКТОВЫЙ 180	ФРУКТ(ЯБЛОКО, ГРУША,АПЕЛЬСИН) 150	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	ФРУКТ(ЯБЛОКО,ГРУША,АПЕЛЬСИН) 150	СОК ФРУКТОВЫЙ 180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	ФРУКТ(ЯБЛОКО,ГРУША,АПЕЛЬСИН) 150	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	СОК ФРУКТОВЫЙ 150	ФРУКТ(ЯБЛОКО,ГРУША,АПЕЛЬСИН) 150
Обед									
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 200	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ НА (КУРИНОМ ИЛИ НА	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИИ МЯСОМ (ГОВЯДИНА,КУРЫ)	СУП СВЕКОЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ(КУРИНОМ) БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 180	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ (ГОВЯДИНА,КУР	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ (ГОВЯДИНА или КУРЫ) 180	ЩИ НА МЯСНОМ(КУРИНОМ) БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 180	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 180	СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ НА МЯСНОМ КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 200	СУП РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ (ГОВЯДИНА,КУРЫ) БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 180
КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ 120	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 120	РАГУ ИЗ МЯСО (МЯСО ПТИЦ) 180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ 150	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ 160	РИС ОТВАРНОЙ 150
ГУЛЯШ 60/50	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВ	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ 80	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 50	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 60	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 180	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ 50	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ РУБЛЕННЫЕ 80	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 90	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ 80
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	ЧАЙ С САХАРОМ 180	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 80	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (КУРАГА,ИЗЮМ) 180	САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ (КОНСЕРВЫ) 60	СОУС ТОМАТНЫЙ №348 50	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 80	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ 50
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (КУРАГА,ИЗЮМ) 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (КУРАГА,ИЗЮМ) 150	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 80	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА 40	ЧАЙ С САХАРОМ 180	САЛАТ "СВЕКОЛКА" 100

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (КУРАГА,ИЗЮМ) 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(КУ	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180
						ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 40
Полдник									
БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ 70	ПУДИНГ МАННЫЙ 120	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕНЫМ	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ 70	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" 80	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАПУСТОЙ 80	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 130	КИСЕЛЬ 180	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С САХАРОМ 150
К.М.Н 180	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	К.М.Н 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ПРЯНИКИ 30	ЧАЙ С САХАРОМ 180
								ФРУКТ(ЯБЛОКО,ГРУША,АПЕЛЬСИН,КИВ	
Ужин									
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 200	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 200	ПЛОВ С МЯСОМ (ГОВЯДИНА,КУРЫ) 200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ 200	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (ГОВЯДИНАЯ или	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 200	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(ПЕЧЕНЬЕ,ВАФЛИ,ПРЯНИКИ) 30
ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(ПЕЧЕНЬЕ,ВАФЛИ,ПРЯНИКИ) 30	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ 180	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(ПЕЧЕНЬЕ,ВАФЛ	