



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ  
Новоталицкий детский сад «Малыш»  
Л.В. Малкова.  
Приказ №1-а-о/д 11.01.2022г.

## ПРИМЕРНОЕ

**циклическое двадцатидневное меню для организации питания детей в возрасте от 1г.6м. до 8 лет, посещающих муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Новоталицкий детский сад «Малыш» (МБДОУ Новоталицкий детский сад «Малыш»), с 12 – часовым пребыванием, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов и в соответствии с Сан ПиН 2.3/2.43590-20«Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»**

с. Ново – Талицы 2022г.





| 1 день<br>Понедельник                                                                                                                                 | 2 день<br>Вторник                                                                                                                                                                | 3 день<br>Среда                                                                                                                                                                         | 4 день<br>Четверг                                                                                                                                                                                               | 5 день<br>Пятница                                                                                                                                                                  | 6 день<br>Понедельник                                                                                                                                                              | 7 день<br>Вторник                                                                                                                                                                      | 8 день<br>Среда                                                                                                                                                                                                              | 9 день<br>Четверг                                                                                                                                        | 10 день<br>Пятница                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                   |
| 1. Масло (порциями)<br>2. Каша гречневая<br>молочная с маслом<br>сливочным<br>3. Кофейный напиток<br>4. Хлеб пшеничный                                | 1. Масло<br>(порциями)<br>2. Горошек<br>зеленый,<br>консервированный<br>3. Омлет<br>натуральный с<br>маслом<br>сливочным<br>4. Какао с<br>молоком<br>5. Хлеб<br>пшеничный        | 1. Масло<br>(порциями)<br>2. Творожная<br>запеканка<br>(пудинг)<br>3. Соус сметанный<br>4. Кофейный<br>напиток<br>молочный,<br>сладкий<br>5. Хлеб<br>пшеничный                          | 1. Масло<br>(порциями)<br>2. Кукуруза<br>консервированная<br>3. Соте рыбное с<br>маслом сливочным<br>3. Какао с молоком<br>4. Хлеб<br>пшеничный                                                                 | 1. Масло<br>(порциями)<br>2. Крупеник с<br>творогом.<br>3. Джем<br>фруктовый.<br>4. Кофейный<br>напиток<br>5. Хлеб<br>пшеничный                                                    | 1. Масло (порциями)<br>2. Каша молочная из<br>пшени, риса и гречи<br>«Дружба»<br>3. ½ яйцо<br>4. Кофейный<br>напиток<br>5. Хлеб пшеничный                                          | 1. Масло<br>(порциями)<br>2. Омлет<br>натуральный с<br>маслом сливочным<br>3. Зеленый<br>горошек<br>консервированный<br>4. Какао с<br>молоком<br>5. Хлеб<br>пшеничный                  | 1. Масло (порциями)<br>2. Каша манная<br>молочная с маслом<br>сливочным<br>3. Кофейный<br>напиток<br>4. Хлеб пшеничный                                                                                                       | 1. Масло (порциями)<br>2. Рыба, запеченная в<br>омлете (по -<br>домашнему)<br>3. Кукуруза<br>консервированная<br>4. Какао с молоком<br>5. Хлеб пшеничный | 1. Масло (порциями)<br>2. Каша пшеничная с<br>маслом сливочным<br>3. ½ яйца<br>4. Кофейный напиток<br>5. Хлеб пшеничный                                                                           |
| <b>II Завтрак</b>                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                   |
| Сок фруктовый                                                                                                                                         | Йогурт                                                                                                                                                                           | Груша свежая                                                                                                                                                                            | Сок фруктовый                                                                                                                                                                                                   | Банан                                                                                                                                                                              | Сок фруктовый                                                                                                                                                                      | Йогурт                                                                                                                                                                                 | Яблоко свежее                                                                                                                                                                                                                | Сок фруктовый                                                                                                                                            | Апельсин                                                                                                                                                                                          |
| <b>Обед</b>                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                   |
| 1. Суп картофельный с<br>фасолью, с курицей<br>2. Котлета мясная<br>3. Капуста тушеная с<br>маслом сливочным<br>4. Напиток лимонный<br>5. Хлеб ржаной | 1. Рассольник с<br>курицей и<br>сметаной.<br>2. Мясо тушеное<br>порционное<br>3. Рис отварной с<br>маслом<br>сливочным<br>4. Компот из<br>смеси<br>сухофруктов<br>5. Хлеб ржаной | 1. Помидор свежий<br>2. Щи из свежей<br>капусты с курицей<br>и сметаной.<br>3. Тефтели мясные<br>3. Греча отварная<br>с маслом<br>сливочным<br>4. Компот из<br>кураги<br>5. Хлеб ржаной | 1. Салат из<br>огурцов и<br>помидоров с<br>маслом<br>растительным<br>2. Борщ с мясом со<br>сметаной<br>3. Жаркое по -<br>домашнему с<br>маслом сливочным<br>5. Компот из<br>смеси сухофруктов<br>6. Хлеб ржаной | 1. Огурец свежий<br>2. Суп<br>картофельный с<br>курицей<br>3. Котлета<br>куриная<br>4. Пюре гороховое<br>с маслом<br>сливочным.<br>5. Компот из<br>свежих плодов<br>6. Хлеб ржаной | 1. Суп<br>картофельный с<br>рыбными<br>консервами<br>2. Гуляш из<br>куриного филе<br>4. Макароны<br>отварные с маслом<br>сливочным<br>5. Напиток<br>лимонный<br>6. Хлеб ржаной     | 1. Салат<br>«Свеколка»<br>2. Бульон куриный<br>с гренками<br>3. Курица<br>порционная<br>4. Пюре<br>картофельное с<br>маслом сливочным<br>5. Компот из<br>сухофруктов<br>6. Хлеб ржаной | 1. Огурец свежий<br>порционно<br>2. Суп картофельный<br>с курицей с зеленым<br>горошком<br>3. Печень тушеная<br>по - строгоновски.<br>4. Рис отварной с<br>маслом сливочным<br>5. Компот из<br>сухофруктов<br>6. Хлеб ржаной | 1. Помидор свежий<br>2. Свекольник с<br>курицей и сметаной<br>3. Голубцы ленивые<br>с соусом.<br>4. Компот из свежих<br>фруктов<br>5. Хлеб ржаной        | 1. Огурец свежий<br>2. Суп-лапша с курицей<br>3. Ежики из мяса и риса<br>с подливой<br>4. Свекла отварная<br>тушеная с маслом<br>сливочным<br>3. Компот из смеси<br>сухофруктов<br>4. Хлеб ржаной |
| <b>Полдник</b>                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                   |
| 1. Печенье<br>2. Кисель из повидло                                                                                                                    | 1. Булочка<br>«Веснушка» с<br>изюмом.<br>2. Молоко<br>кипяченое                                                                                                                  | 1. Плюшка<br>(булочка) по-<br>домашнему<br>2. Напиток<br>кисломолочный<br>«Снежок»                                                                                                      | 1. Пирог с<br>повидлом<br>2. Молоко<br>кипяченое                                                                                                                                                                | 1. Сыр<br>порционный<br>2. Хлеб<br>пшеничный.<br>3. Йогурт<br>питьевой                                                                                                             | 1. Пряники<br>2. Молоко<br>кипяченое                                                                                                                                               | 1. Пирог печеный<br>с капустой<br>2. Сок фруктовый                                                                                                                                     | 1. Вафли<br>2. Напиток<br>кисломолочный<br>«Снежок»                                                                                                                                                                          | 1. Ватрушка с<br>творогом.<br>2. Молоко кипяченое                                                                                                        | 1. Хлеб пшеничный<br>с джемом фруктовым<br>2. Кисель из повидло                                                                                                                                   |
| <b>Ужин</b>                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                   |
| 1. Сельдь<br>слабосоленая,<br>порциями.<br>2. Пюре картофельное<br>с маслом сливочным<br>3. Чай сладкий<br>4. Хлеб пшеничный                          | 1. Икра<br>кабачковая<br>консервированная<br>2. Макароны<br>отварные с<br>курицей<br>3. Чай с<br>мармеладом<br>4. Хлеб<br>пшеничный                                              | 1. Вермишель в<br>молоке с маслом<br>сливочным<br>2. Сыр порциями<br>3. Чай сладкий с<br>лимоном.<br>4. Хлеб<br>пшеничный                                                               | 1. Каша пшенная<br>молочная с маслом<br>сливочным.<br>2. Чай сладкий<br>3. Хлеб<br>пшеничный                                                                                                                    | 1. Оладьи со<br>сгущенным<br>молоком, маслом<br>сливочным<br>2. Чай сладкий<br>3. Салат из свежей<br>моркови.                                                                      | 1. Салат из свежей<br>белокочанной<br>капусты с маслом<br>растительным<br>(сезонно до 1<br>марта)<br>2. Картофель<br>тушеный с<br>курицей<br>3. Чай с зефиром<br>4. Хлеб пшеничный | 1. Каша рисовая с<br>маслом сливочным<br>2. Чай сладкий<br>3. Хлеб<br>пшеничный.<br>4. Сыр<br>(порционно).                                                                             | 1. Сырники из<br>творога<br>2. Соус фруктовый<br>2. Чай сладкий<br>3. Хлеб пшеничный                                                                                                                                         | 1. Плов с курицей<br>2. Чай сладкий<br>3. Хлеб пшеничный                                                                                                 | 1. Сельдь порциями<br>2. Пюре картофельное с<br>маслом сливочным.<br>2. Чай сладкий<br>3. Хлеб пшеничный                                                                                          |



| 11 день<br>Понедельник                                                                                                                   | 12 день<br>Вторник                                                                                                                                                          | 13 день<br>Среда                                                                                                                                                                                                                         | 14 день<br>Четверг                                                                                                                                                               | 15 день<br>Пятница                                                                                                                                                                         | 16 день<br>Понедельник                                                                                                                                                                                | 17 день<br>Вторник                                                                                                                                                     | 18 день<br>Среда                                                                                                                                                                                       | 19 день<br>Четверг                                                                                                                                                                                                    | 20 день<br>Пятница                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                                                                                                                           |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                   |
| 1. Масло (порциями)<br>2. Макароны<br>изделия отварные с<br>маслом сливочным<br>3. ½ яйца<br>4. Кофейный<br>напиток<br>5. Хлеб пшеничный | 1. Масло<br>(порциями)<br>2.Сыр (порциями)<br>3. Каша пшенная<br>молочная жидкая с<br>маслом сливочным<br>4.Какао с молоком<br>5. Хлеб<br>пшеничный                         | 1. Масло<br>(порциями)<br>2. Каша овсяная<br>«Геркулес» жидкая<br>3.Кофейный<br>напиток<br>4. Хлеб<br>пшеничный                                                                                                                          | 1.Масло<br>(порциями)<br>2. Рыба запеченная<br>в омлете( по<br>домашнему)<br>3.Кукуруза<br>консервированная<br>4 Какао с молоком<br>5.Хлеб пшеничный                             | 1. Масло<br>(порциями)<br>2. Крупеник с<br>творогом<br>3. Соус сметанный<br>4 Кофейный<br>напиток.<br>5. Хлеб<br>пшеничный                                                                 | 1. Масло<br>(порциями)<br>2.Каша гречневая<br>молочная с маслом<br>сливочным<br>4. Кофейный<br>напиток<br>5. Хлеб<br>пшеничный                                                                        | 1. Масло<br>(порциями)<br>2.Горошек<br>зеленый,<br>консервированный<br>3. Омлет<br>натуральный с<br>маслом сливочным<br>4. Какао с молоком<br>5 Хлеб<br>пшеничный      | 1. Масло (порциями)<br>2. Сыр порциями<br>3. Каша рисовая<br>молочная жидкая с<br>маслом сливочным.<br>4. Кофейный<br>напиток<br>4. Хлеб пшеничный                                                     | 1.Масло (порциями)<br>2. Соте рыбное<br>3. Кукуруза<br>консервированная<br>4. Какао с молоком<br>4. Хлеб пшеничный                                                                                                    | 1. Масло (порциями)<br>2. Каша манная<br>молочная жидкая с<br>маслом сливочным<br>3.½ яйца<br>4. Кофейный<br>напиток<br>4. Хлеб пшеничный                                         |
| <b>II Завтрак</b>                                                                                                                        |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                   |
| Сок фруктовый                                                                                                                            | Йогурт                                                                                                                                                                      | Яблоко свежее                                                                                                                                                                                                                            | Сок фруктовый                                                                                                                                                                    | Мандарин свежий                                                                                                                                                                            | Йогурт                                                                                                                                                                                                | Сок фруктовый                                                                                                                                                          | Банан                                                                                                                                                                                                  | Сок фруктовый                                                                                                                                                                                                         | Груша свежая                                                                                                                                                                      |
| <b>Обед</b>                                                                                                                              |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                   |
| 1. Суп гороховый с<br>мясом.<br>2 Суфле из говядины<br>3. Рис отварной с<br>маслом сливочным<br>5 Компот из кураги<br>6. Хлеб ржаной     | 1. Суп<br>картофельный с<br>мясными<br>фрикадельками<br>3. Котлета рыбная<br>4. Макароны<br>отварные с маслом<br>сливочным<br>5. Компот из<br>сухофруктов<br>6. Хлеб ржаной | 1. Салат из свежих<br>овощей с маслом<br>растительным<br>2 Рассольник с<br>курицей и<br>сметаной.<br>3. Гуляш из<br>отварного мяса<br>4. Греча отварная с<br>маслом сливочным<br>5. Компот из<br>чернослива и<br>изюма<br>6. Хлеб ржаной | 1. Помидор<br>свежий<br>2. Суп<br>картофельный с<br>курицей<br>3. Тефтели<br>мясные, гречка<br>отварная с маслом<br>сливочным<br>4. Компот из<br>свежих плодов<br>5. Хлеб ржаной | 1.Огурец свежий<br>2. Щи из свежей<br>капусты с мясом<br>и сметаной<br>3. Котлета<br>куриная<br>4.Пюре<br>картофельное с<br>маслом<br>сливочным<br>5.Напиток<br>лимонный<br>6. Хлеб ржаной | 1. Салат из свежей<br>белокочанной<br>капусты с<br>морковью с<br>маслом<br>растительным.<br>(до 1 марта)<br>2. Суп –лапша с<br>курицей<br>3. Плов с мясом<br>5. Компот из<br>кураги<br>6. Хлеб ржаной | 1. Помидор свежий<br>2. Суп рыбный с<br>картофелем.<br>3. Котлета мясная<br>4. Пюре гороховое<br>с маслом<br>сливочным<br>5.Компот из<br>сухофруктов<br>6. Хлеб ржаной | 1. Огурец свежий<br>2. Борщ с мясом<br>3. Мясо тушеное<br>( запеченное)<br>порциями ( куском)<br>4.Макароны<br>отварные с маслом<br>сливочным<br>5. Компот из<br>чернослива и кураги<br>6. Хлеб ржаной | 1 Огурец свежий<br>2. Суп<br>картофельный с<br>курицей и зеленым<br>горошком<br>3. Ежики мясные с<br>соусом<br>4 Свекла отварная<br>тушеная с маслом<br>сливочным<br>5. Компот из свежих<br>фруктов<br>6. Хлеб ржаной | 1.Помидор свежий<br>2. Свекольник с,<br>курицей и сметаной<br>3. Рыба тушеная с<br>овощами<br>4 Пюре<br>картофельное с<br>маслом сливочным<br>5Напиток лимонный<br>6. Хлеб ржаной |
| <b>Полдник</b>                                                                                                                           |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                   |
| 1. Печенье<br>2. Чай сладкий                                                                                                             | 1. Пирог печеный<br>с картофелем.<br>2. Сок фруктовый                                                                                                                       | 1. Сыр<br>порционный , хлеб<br>пшеничный<br>2. Напиток<br>кисломолочный<br>«Снежок»                                                                                                                                                      | 1. Пирог с<br>повидлом<br>2.Чай сладкий с<br>лимоном                                                                                                                             | 1. Вафли<br>2. Йогурт                                                                                                                                                                      | 1. Пирог с яйцом<br>2 Чай сладкий                                                                                                                                                                     | 1 Плюшка<br>( булочка) по-<br>домашнему.<br>2. Чай с зефиром                                                                                                           | 1. Салат из моркови с<br>яблоком (сезонно до<br>1 марта)<br>2.Хлеб пшеничный<br>со сгущенным<br>молоком<br>3. Чай сладкий                                                                              | 1.Пирог с мясом<br>2. Чай сладкий                                                                                                                                                                                     | 1. Пряники<br>2. Йогурт                                                                                                                                                           |
| <b>Ужин</b>                                                                                                                              |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                   |
| 1. Жаркое по-<br>домашнему, икра<br>кабачковая.<br>2. Кисель из повидла<br>3.Хлеб пшеничный                                              | 1..Капуста<br>тушеная с курицей<br>с маслом<br>сливочным<br>2. Напиток<br>лимонный<br>3. Хлеб<br>пшеничный                                                                  | 1. Творожная<br>запеканка<br>( пудинг) с<br>фруктовым<br>джемом<br>2. Чай сладкий,<br>печенье.<br>3. Хлеб<br>пшеничный                                                                                                                   | 1. Сельдь<br>порционная,<br>слабосоленая<br>2.Винегрет<br>овощной.<br>3. Чай сладкий<br>Хлеб пшеничный                                                                           | 1.Оладьи со<br>сгущенным<br>молоком, маслом<br>сливочным.<br>2. Салат из свежей<br>моркови<br>3.Чай сладкий                                                                                | 1.Капуста тушеная<br>с мясом<br>2.Напиток<br>лимонный, вафли<br>3 Хлеб<br>пшеничный                                                                                                                   | 1.Салат овощной с<br>маслом<br>растительным<br>2. Пюре<br>картофельное с<br>маслом сливочным<br>3. Чай сладкий<br>4. Хлеб<br>пшеничный                                 | 1.Сырники из<br>творога с джемом<br>фруктовым<br>2.Чай сладкий<br>3 Хлеб пшеничный                                                                                                                     | 1. Овощное рагу<br>тушеное с курицей<br>2. Компот из кураги<br>3. Хлеб пшеничный                                                                                                                                      | 1.Сыр порциями<br>2.Вермишель в<br>молоке с маслом<br>сливочным<br>3.Чай с мармеладом<br>3. Хлеб пшеничный                                                                        |



***Примечание***

Детям-аллергикам необходимо производить замену в установленном порядке, в зависимости от медицинских показаний. Справка о наличии заболевания у ребенка предоставляется руководителю учреждения или медицинскому работнику дошкольного образовательного учреждения

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ НОВОТАЛИЦКИЙ ДЕТСКИЙ САД "МАЛЫШ",** Малкова

Людмила Викторовна, Заведующий

**23.11.23** 12:13 (MSK)

Сертификат 7B2200A954530D9287B3DB8E28D311A3