

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Городского округа «город Ирбит» Свердловской области  
«Детский сад № 1»  
623850 г. Ирбит Свердловской области  
Ул. Революции, 28  
Телефон (34355) 6-20-54  
ИНН/КПП 66110048481/667601001  
E-mail: [irbits@list.ru](mailto:irbits@list.ru)**

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 1»

\_\_\_\_\_/И.А. Боталова/

26.02.2021г.

**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ  
(первая неделя)**

*(указывается вес блюда в граммах ясли-сад / калорийность блюда в калл. на 100 гр.)*

**Понедельник (1 день)**

<b>Завтрак</b>	<b>Обед</b>	<b>Полдник</b>
1) Салат из свежей капусты с растительным маслом <b>60/ 65<sub>кк</sub></b> 2) Омлет запеченный или паровой <b>150/ 131<sub>кк</sub></b> 3) Хлеб <b>30</b> с маслом <b>5/181<sub>кк</sub></b> . 4) Кофейный напиток с молоком- <b>200/86<sub>кк</sub></b> <u>10,00 – Сок 100/38<sub>кк</sub></u>	1) Суп овощной с мясными с фрикадельками со сметаной <b>200/188<sub>кк</sub></b> 2) Макароны изделия отварные <b>150/188<sub>кк</sub></b> 3) Биточки (котлета) из мяса говядины паровые <b>80/ 166<sub>кк</sub></b> 4) Хлеб пшеничный или ржаной <b>35/236/кк</b> 5) Компот из сухофруктов <b>200/72<sub>кк</sub></b>	1) Чай с молоком <b>200/61<sub>кк</sub></b> 2) Пирожки, печенные из дрожжевого теста с творогом <b>80/ 96<sub>кк</sub></b>

**Вторник (2 день)**

<b>Завтрак</b>	<b>Обед</b>	<b>Полдник</b>
1) Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным <b>200/202<sub>кк</sub></b> 2) Хлеб <b>30</b> с сыром <b>12/104<sub>кк</sub></b> 3) Чай с молоком <b>200/61<sub>кк</sub></b> <u>10,00 Фрукты 100/67<sub>кк</sub></u>	1) Суп-пюре из картофеля <b>200/82<sub>кк</sub></b> 2) Гренки (сухарики) <b>30/263<sub>кк</sub></b> 3) Суфле из рыбы <b>200/89<sub>кк</sub></b> 4) Горошек зеленый <b>60/72<sub>кк</sub></b> 5) Хлеб пшеничный или ржаной <b>35/236/кк</b> 6) Сок <b>180/38<sub>кк</sub></b>	1) Кисель фруктовый <b>200/115<sub>кк</sub></b> 2) Печенье песочное <b>75/</b>

**Среда (3 день)**

<b>Завтрак</b>	<b>Обед</b>	<b>Полдник</b>
1) Запеканка из творога <b>200/209<sub>кк</sub></b> 2) Сладкий соус <b>/102<sub>кк</sub></b> 3) Хлеб <b>30</b> с маслом <b>5/181<sub>кк</sub></b> 4) Кофейный напиток с молоком <b>200/86<sub>кк</sub></b> <u>10-00 Сок 100/38<sub>кк</sub></u>	1) Огурец консервированный <b>60/</b> 2) Щи из свежей капусты со сметаной <b>200/</b> 3) Плов из мяса кур <b>200/460<sub>кк</sub></b> 4) Хлеб пшеничный или ржаной <b>35/236/кк</b> 5) Компот из кураги и изюма <b>200/72<sub>кк</sub></b>	1) Молоко кипяченое <b>200/56<sub>кк</sub></b> 2) Сдоба обыкновенная <b>50/ 188<sub>кк</sub></b>

**Четверг(4 день)****Завтрак**

- 1) Каша гречневая молочная с маслом сливочным **200/206кк**
- 2) Хлеб **30** с сыром **12/ 104кк**
- 3) Какао с молоком **200/135кк**

10,00 Фрукты **100/36**

**Обед**

- 1) Салат из белокочанной капусты с растительным маслом **60/65 кк**
- 2) Суп картофельный с рыбой **200/119кк**
- 3) Картофельное пюре **150/135кк**
- 4) Суфле из печени **80/123 кк**
- 5) Хлеб пшеничный или ржаной **35/236/кк**
- 6) Витаминный напиток Золотой шар **180/ 38кк**

**Полдник**

- 1) Чай **200/35кк**
- 2) Хлеб с маслом и яйцом 1/2 шт./**133кк**

**Пятница(5 день)****Завтрак**

- 1) Каша пшеничная молочная с маслом сливочным **200/206кк**
- 2) Хлеб **30** с маслом **5/181кк**
- 3) Кофейный напиток с молоком **200/ 86кк**

10,00 – Фрукты. **100/28кк**

**Обед**

- 1) Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне **200/63кк**
- 2) Голубцы с мясом говядины и рисовые (ленивые) **200/138кк**
- 3) Хлеб пшеничный или ржаной **35/236/кк**
- 4) Компот из сухофруктов **200/72кк**

**Полдник**

- 1) Снежок **200/50кк**
- 2) Кондитерское изделие (сдоба магазинская) **75/**

**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
(вторая неделя)

**Понедельник (6 день)****Завтрак**

- 1) Каша манная молочная с маслом сливочным **200/178кк**
- 2) Хлеб **30** с маслом **5/ 61кк**
- 3) Чай с молоком **200/61кк**

10,00 – Сок. **100/38кк**

**Обед**

- 1) Суп картофельный с бобовыми **200/54кк**
- 2) Рагу из овощей с мясом **200/152кк**
- 3) Хлеб пшеничный или ржаной **35/236/кк**
- 4) Компот из кураги и изюма **200/71кк**

**Полдник**

- 1) Чай **200/35кк**
- 2) Булочка «Творожная» **80/214кк**

**Вторник (7 день)****Завтрак**

- 1) Каша рисовая молочная с маслом сливочным **200/248кк**
- 2) Хлеб **30** с сыром **2/104кк**
- 3) Кофейный напиток с молоком **200/86кк**

10,00 Фрукты **100/36кк**

**Обед**

- 1) Салат из свежих огурцов **60/65кк**
- 2) Суп овощной со сметаной на бульоне (зеленый горошек, капуста, мясо) **200/46кк**
- 3) Картофельное пюре **150/ 135кк**
- 4) Рыба, тушенная с овощами **80/122кк**
- 5) Хлеб пшеничный или ржаной **35/236/кк**
- 6) Сок **180/38кк**

**Полдник**

- 1) Чай **200/35кк**
- 2) Полоска песочная с повидлом **80/**

**Среда (8 день)****Завтрак**

- 1) Салат из белокочанной капусты с растительным маслом **60/65кк**
  - 2) Омлет запеченный или паровой **150/131кк**
  - 3) Хлеб **30** с маслом **5/181кк**
  - 4) Чай с молоком **200/61кк**
- 10,00 Фрукты **100/67кк**

**Обед**

- 1) Салат из свежих помидор **60/65кк**
- 2) Борщ со сметаной **200/41кк**
- 3) Макароны изделия отварные **150/188кк**
- 4) Печень по-строгановский **80/216 кк**
- 5) Хлеб пшеничный или ржаной **35/236/кк**
- 6) Компот из сухофруктов **200/72кк**

**Полдник**

- 1) Молоко кипяченое **200/56кк**
- 2) Булочка домашняя **80/ 358кк**

**Четверг (9 день)****Завтрак**

- 1) Каша ячневая молочная с маслом сливочным **200/195кк**
- 2) Хлеб **30** с сыром **5/104кк**
- 3) Какао с молоком **200/135кк**

10,00 Сок **100/38кк**

**Обед**

- 1) Суп с клецками на курином бульоне **200/57кк**
- 2) Капуста, тушенная с курой **200/134кк**
- 3) Хлеб пшеничный или ржаной **35/236/кк**
- 4) Компот из кураги и изюма **200/71кк**

**Полдник**

- 1) Чай **200/35кк**
- 2) Пирожки печеные с рыбой **80/320кк**

**Пятница (10 день)****Завтрак**

- 1) Запеканка из творога **200/209кк**
- 2) Соус молочный сладкий **/1097**
- 3) Хлеб **30** с маслом **5/ 181кк**
- 4) Кофейный напиток с молоком **200/86кк**

10,00 Фрукты **100/37кк**

**Обед**

- 1) Рассольник ленинградский **200/49кк**
- 2) Свекла тушенная **150/ 113кк**
- 3) Тефтели из мяса говядины **80/163кк**
- 4) Хлеб пшеничный или ржаной **35/236/кк** 5) Кисель Витаминный **200/94кк**

**Полдник**

- 1) Снежок **200/50кк**
- 2) Кондитерское изделие **75/**

