

УТВЕРЖДАЮ  
 БДОУ г. Омска «детский сад № 283  
 комбинированного вида»  
 \_\_\_\_\_ Н.П. Прозорова  
 «29» августа 2024 год

**Циклическое десятидневное меню БДУ г. Омска «детский сад № 283 комбинированного вида»  
 для организации питания детей в возрасте до 3 лет**

Прием пищи	День 1 (понедельник) из 10		День 2 (вторник) из 10		День 3 (среда) из 10	
	Блюдо	выход	Блюдо	выход	Блюдо	выход
Завтрак	Каша пшеничная с маслом сливочным	170	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	170	Каша кукурузная с маслом	170
	Бутерброд с маслом	35	Бутерброд с маслом сливочным	35	Бутерброд с маслом	35
	Чай с лимоном	150	Кофейный напиток	150	Какао с молоком	150
Завтрак 2	Сок	100	Фрукты свежие (Яблоки, бананы, груши)	100	Сок	100
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями (на курином бульоне)	150	Щи со сметаной	150	Свекольник со сметаной	15
	Капуста тушеная с мясом куриным	190	Плов из мяса	190	Солянка мясная	190
	Закуска из лука репчатого	20	Огурец соленый	20	Салат из горошка конс.	40
	Компот из сухофруктов	150	Компот плодово-ягодный	150	Компот из изюма	150
	Хлеб урожайный	40	Хлеб урожайный	40	Хлеб урожайный	40
Полдник	Кефир/кисель	200	Булочка сдобная	60	Кефир/Компот	150
	Пряник/печенье/вафли	30	Кисель/Компот	150	Венская сдоба	60
Ужин	Гренки в омлете	160	Картофельное пюре	120	Макароны с маслом и сыром	130
	Чай с сахаром	200	Сельдь с луком	40	Хлеб пшеничный	30
			Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200
			Хлеб пшеничный	30		

Прием пищи	День 4 (четверг) из 10		День 5 (пятница) из 10	
	Блюдо	выход	Блюдо	выход
Завтрак	Каша геркулесовая с маслом сливочным	180	Каша «Дружба» молочная	180
	Бутерброд с маслом сливочным	35	Бутерброд с маслом	35
	Чай с лимоном	150	Чай с сахаром	150
Завтрак 2	Фрукты свежие (Яблоки, бананы, груши)	100	Сок	100
Обед	Суп гороховый	150	Рассольник со сметаной	150
	Биточки (котлеты) из фарша кур.	50	Печень «По-Строгановски»	80
	Соус томатный	50	Картофельное пюре	70
	Гречка отварная	50	Винегрет с горошком	40
	Салат из свеклы с чесноком	40	Компот из изюма	150
	Компот из сухофруктов	150	Хлеб урожайный	40
	Хлеб урожайный	40		
Полдник	Лепешка в сахаре	60	Хлеб с повидлом	30
	Компот /Кисель	150	Компот/Кисель/Кефир	200
Ужин	Суфле рыбное	150	Хлеб пшеничный	20
	Икра кабачковая	20	Чай с сахаром	200
	Хлеб пшеничный	30	Пудинг из творога	150
	Чай с сахаром	200	Соус фруктовый (повидло)	40

Прием пищи	День 6 (понедельник) из 10		День 7 (вторник) из 10		День 8 (среда) из 10	
	Блюдо	выход	Блюдо	выход	Блюдо	выход
Завтрак	Каша рисовая с маслом	170	Каша пшеничная с маслом	170	Омлет натуральный	120
	Бутерброд с маслом	35	сливочным	35	Кукуруза консервированная	20
	Чай с лимоном	150	Бутерброд с маслом сливочным	150	Бутерброд с маслом сливочным	35
			Чай с сахаром		Чай с лимоном	150
Завтрак 2	Сок яблочный	100	Фрукты свежие (Яблоки, бананы, груши)	100	Сок яблочный	100
Обед	Суп с рыбной консервой	150	Борщ со сметаной	150	Суп с рисовой крупой «Харчо»	150
	Котлеты/Биточки из фарша кур.	50	Жаркое по-домашнему	190	Котлета из фарша кур.	50
	Картофельное пюре	70	Огурец соленый	20	Соус томатный	50
	Соус томатный	50	Компот из сухофруктов	150	Макароны отварные	50
	Салат из капусты свежей с луком	40	Хлеб урожайный	40	Салат из свеклы с сол. огурцом	40
	Салат из капусты свежей с луком	150			Компот из кураги и изюма	150
	Компот плодово-ягодный	40			Хлеб урожайный	40
	Хлеб урожайный					
Полдник	Пряник/печенье/вафли	30	Булочка сдобная	60	Вафли/пряник/печенье	30
	Кефир/Компот/Кисель	200	Кефир/Компот/Кисель	150	Кефир/Компот/Кисель	200
Ужин	Запеканка из творога с морковью	150	Кулеш гречневый	160	Горошница с маслом	160
	Молоко, сгущен.	20	Чай с сахаром	200	Хлеб пшеничный	30
	Чай с сахаром	200	Хлеб пшеничный	30	Чай с сахаром	200
	Чай с сахаром	30				
	Хлеб пшеничный					

Прием пищи	День 9 (четверг) из 10		День 10 (пятница) из 10	
	Блюдо	выход	Блюдо	выход
Завтрак	Каша пшеничная ячневая «Ассорти» с маслом	180	Каша манная	170
	Бутерброд с маслом сливочным	35	Бутерброд с маслом	35
	Какао с молоком	150	Кофейный напиток	150
Завтрак 2	Фрукты свежие (Яблоки, бананы, груши)	100	Сок	100
Обед	Суп с клецками	150	Щи со сметаной	150
	Гуляш из гов.с сол.огурцом «Азу»	80	Биточки/Котлеты из фарша кур.	60
	Каша перловая	50	Соус томатный	50
	Салат из капусты свежей с луком	40	Макароны отварные	50
	Компот из сухофруктов	150	Салат из свеклы с чесноком	40
	Хлеб урожайный	40	Компот плод.-ягодный	150
Полдник	Венская сдоба	60	Хлеб с повидлом	40
	Компот/Кисель	150	Кефир/Компот/Кисель	200
Ужин	Тефтели рыбные	80	Запеканка из творога с рисом	150
	Соус томатный	50	Хлеб пшеничный	40
	Овощи припущ.(морковь)	50	Соус фруктовый	50
	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200
	Хлеб пшеничный	30		

УТВЕРЖДАЮ  
 БДОУ г. Омска «детский сад № 283  
 комбинированного вида»  
 \_\_\_\_\_ Н.П. Прозорова  
 «29» августа 2024 год

**Циклическое десятидневное меню БДУ г. Омска «детский сад № 283 комбинированного вида»  
 для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет**

Прием пищи	День 1 (понедельник) из 10		День 2 (вторник) из 10		День 3 (среда) из 10	
	Блюдо	выход	Блюдо	выход	Блюдо	выход
Завтрак	Каша пшеничная с маслом сливочным	200	Каша ячневая с маслом	200	Каша кукурузная с маслом	200
	Бутерброд с маслом	45	Бутерброд с маслом сливочным	45	Бутерброд с маслом	45
	Чай с лимоном	200	Кофейный напиток	200	Какао с молоком	200
Завтрак 2	Сок	100	Фрукты свежие (Яблоки, бананы, груши)	100	Сок	100
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями(на курином бульоне)	250	Щи со сметаной	250	Свекольник со сметаной	250
	Капуста тушеная с мясом куриным	210	Плов из мяса	210	Солянка мясная	210
	Закуска из лука репчатого	20	Огурец соленый	20	Салат из горошка конс.	50
	Компот из сухофруктов	200	Компот плодово-ягодный	200	Компот из изюма	200
	Хлеб урожайный	50	Хлеб урожайный	50	Хлеб урожайный	50
Полдник	Кефир/кисель	200	Булочка сдобная	70	кефир/компот	180
	Пряник,печенье/вафли	30	Кисель/компот	180	Венская сдоба	70
Ужин	Гренки в омлете	180	Картофельное пюре	130	Макароны с маслом и сыром	140
	Чай с сахаром	200	Сельдь с луком	50	Хлеб пшеничный	40
			Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200
			Хлеб пшеничный	40		

Прием пищи	День 4 (четверг) из 10		День 5 (пятница) из 10	
	Блюдо	выход	Блюдо	выход
Завтрак	Каша геркулесовая с маслом	200	Каша «Дружба» с маслом	200
	Бутерброд с маслом сливочным	45	Бутерброд с маслом	45
	Чай с лимоном	200	Какао с молоком	200
Завтрак 2	Фрукты свежие (Яблоки, бананы, груши)	100	Сок	100
Обед	Суп гороховый	250	Рассольник со сметаной	250
	Котлеты(биточки) из фарша кур.	60	Печень «По-Строгановски»	90
	Соус томатный	50	Картофельное пюре	100
	Гречка отварная	100	Винегрет с горошком	60
	Салат из свеклы с чесноком	50	Компот из изюма	200
	Кисель плодово ягодный	150	Хлеб урожайный	50
	Хлеб урожайный	50		
Полдник	Лепешка в сахаре	70	Хлеб с повидлом	40
	Компот/кисель	180	Компот/кисель/кефир	180
Ужин	Суфле рыбное	180	Пудинг из творога	180
	Икра кабачковая	30	Соус фруктовый	50
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	20
	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200

Прием пищи	День 6 (понедельник) из 10		День 7 (вторник) из 10		День 8 (среда) из 10	
	Блюдо	выход	Блюдо	выход	Блюдо	выход
Завтрак	Каша рисовая с маслом	200	Каша пшеничная с маслом	200	Омлет натуральный	130
	Бутерброд с маслом		Бутерброд с маслом сливочным	45	Кукуруза консервированная	20
	Чай с лимоном	55	Чай с сахаром	200	Бутерброд с маслом сливочным	45
		200			Чай с лимоном	200
Завтрак 2	Сок	100	Фрукты свежие (Яблоки, бананы, груши)	100	Сок	100
Обед	Суп с рыбной консервой «Сайра»	250	Борщ со сметаной	250	Суп с рисовой крупой «Харчо»	250
	Котлета (биточки) из куриного фарша	60	Жаркое по-домашнему	210	Котлета из говядины	60
	Картофельное пюре	100	Огурец соленый	27	Соус томатный	50
	Соус томатный	50	Компот из сухофруктов	200	Макароны отварные	100
	Салат из капусты и свежим с луком	50	Хлеб урожайный	50	Салат из свеклы с сол.огурцом	50
	Компот плодово-ягодный	200			Компот из кураги и изюма	200
	Хлеб урожайный	50			Хлеб урожайный	50
Полдник	Пряник/печенье/вафли	40	Булочка сдобная	70	Печенье/вафли/пряник	30
	Компот/кисель	180	/компот/кисель	180	Кефир/кисель/компот	200
Ужин	Запеканка из творога с морковью	180	Кулеш гречневый	200	Горошница с маслом	180
	Молоко сгущенное	200	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200
	Чай с сахаром	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб пшеничный					

Прием пищи	День 9 (четверг) из 10		День 10 (пятница) из 10	
	Блюдо	выход	Блюдо	выход
Завтрак	Каша пшеничная ячневая «Ассорти»	200	Каша манная с маслом	200
	Бутерброд с маслом сливочным	45	Бутерброд с маслом	45
	Какао с молоком	200	Кофейный напиток	200
Завтрак 2	Фрукты свежие (Яблоки, бананы, груши)	100	Сок	100
Обед	Суп с клецками	250	Щи со сметаной	250
	Гуляш из говядины с сол. огурцом «Азу»	70	Котлета /биточки / из фарша кур	60
	Каша перловая	100	Соус томатный	50
	Салат из капусты с луком	50	Макароны отварные	100
	Компот из сухофруктов	200	Салат из свеклы с чесноком	50
	Хлеб урожайный	50	Компот плодов.- ягодный	200
Полдник	Венская сдоба	70	Хлеб с повидлом	40
	Компот/кисель	180	Кефир/компот/кисель	180
Ужин	Тефтели рыбные	90	Запеканка из творога с рисом	180
	Соус томатный	50	Соус фруктовый	40
	Овощи припущ.(морковь)	70	Хлеб пшеничный	40
	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200
	Хлеб пшеничный	40		