

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ Г. ЕКАТЕРИНБУРГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

УЧРЕЖДЕНИЕ - ДЕТСКИЙ САД № 521

620135, г. Екатеринбург, ул. Шефская, 100
телефон (343) 334-35-12

Примерное десятидневное меню

Для детей 1-3 лет

Утверждаю:
Пр. № _____ от 12.01.2026
Заведующий МБДОУ детский сад №521
С.Л. Волкова

Понедельник		2 день	3 день	4 день	Пятница
1 день		Вторник	Среда	Четверг	5 день
Завтрак: Каша пшеничная молочная 150 Батон 30 Масло сливочное 5 Кофейный напиток 150		Завтрак: Каша манная молочная 150 Батон 30 Масло сливочное 5 Чай с лимоном 150	Завтрак: Каша греча + рис (Дружба) 150 Батон 30 Масло сливочное 5 Сыр 10 Какао с молоком 150	Завтрак: Каша греча с молоком 150 Батон 30 Масло сливочное 5 Чай с молоком 150	Завтрак: Каша рисовая молочная 150 Батон 30 Масло сливочное 5 Сыр 10 Кофейный напиток 150
Второй завтрак: Фруктовое пюре 125		Второй завтрак Яблоко 100	Второй завтрак Сок фруктовый 125	Второй завтрак Груша 100	Второй завтрак Сок фруктовый 125
Обед: Салат из отварной свеклы с Солен. огурцом и растительным маслом (салат свежий из сезонных овощей) 30 Рагу овощное 120 Котлета мясная 60 Рассольник Ленинградский 150 Компот из изюма 180 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 30		Обед: Салат картоф лук морковь отв (салат свежий из сезонных овощей) 40 Суп-пюре овощной с мясом 150 Макароны отварные 110 Гуляш из говядины 50 Напиток из шиповника 180 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 30	Обед: Салат морковь с яблоком и растительным маслом (салат свежий из сезонных овощей) 40 Суп крестьянский с крупой с мясом 150 Пюре гороховое 100 Фрикадельки мясные 70 Компот из сухофруктов 150 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ражаной 30	Обед: Салат картофельный с соленым огурцом (салат свежий из сезонных овощей) 40 Суп из крупы 150 Капуста тушеная 120 Котлета из мяса куры 60 Напиток из кураги 100 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 30	Обед: Салат из капусты и моркови (салат свежий из сезонных овощей) 40 Свекольник с мясом со сметаной 150 Рыбное суфле (горбуша) 50 Картофельное пюре 110 Компот чернослива и изюма 150 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 30
Полдник: Запеканка творожная с яблоком (сметана) 100 Сгущенное молоко 18 Чай с сахаром 180		Полдник: Раба с овощами в омлете 100 Конд. изд. (печенье, пряник, вафли) 30 Чай с сахаром 180	Полдник: Йогурт питьевой (ряженка, кефир) 110 Плюшка с сахаром 100	Полдник: Сырники из творога 100 Сгущенное молоко 18 Напиток из ягод, 180 Хлеб 15 Джем 10	Полдник: Омлет запеченный 100 Конд. изд. (печенье, пряник, вафли) 15 Чай с сахаром 180

Понедельник		Вторник	Среда	Четверг	Пятница
6 День	7 День	8 День	9 День	10 День	
Завтрак: Каша пшеничная молочная 150 Батон 30 Масло сливочное 5 Кофейный напиток 150	Завтрак: Каша Греча +Рис 150 Батон 30 Масло сливочное 5 Сыр 10 Какао с молоком 150	Завтрак: Каша геркулесовая 150 Батон 30 Масло сливочное 5 Кофейный напиток 150	Завтрак: Каша Пшено +Рис 150 Батон 30 Масло сливочное 5 Сыр 10 Чай с сахаром 150	Завтрак: Каша Ячневая молочная 150 Батон 30 Масло сливочное 5 Какао с молоком 150	
Второй завтрак: Фруктовое пюре 125	Второй завтрак Яблоко 100	Второй завтрак Сок фруктовый 125	Второй завтрак Банан 100	Второй завтрак Сок фруктовый 125	
Обед: Салат морковь с изюмом с растительным маслом (салат свежий из сезонных овощей) 40 Ци с мясом со сметаной 150 Рыба в омлете (минтай) 100 Картофельное пюре 110 Компот из сухофруктов 150 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 30	Обед: Салат из отварного картофеля с зеленым горошком (салат свежий из сезонных овощей) 40 Рис с овощами 120 Биточки куриные 50 Борщ со сметаной с мясом 200 Напиток из шиповника 150 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 30	Обед: Салат капуста с кукурузой (салат свежий из сезонных овощей) 40 Уха рыбацкая 150 Азу с мясом 180 Напиток из вишни (другие ягоды) 180 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 30	Обед: Салат винегрет(салат свежий из сезонных овощей) 40 Суп лапша с мясом 150 Греча с овощами 110 Гуляш из мяса куры 60(Тушка) Компот из сухофруктов 150 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 30	Обед: Салат из свежкы с чесноком (Салат из капусты и моркови) 40 Суп-пюре гороховый 150 Запеканка с мясом картофелем и овощами 200 Напиток из вишни (другие ягоды) 180 Гренки 30 Хлеб ржаной 30	
Полдник: Макароны изделия (Вермишель) в молоке с маслом 150 Хлеб пшеничный 15 Чай с сахаром 180	Полдник: Макароны с сыром 130 Чай с сахаром	Полдник: Пудин творожный 100 Повидло 10 Чай с сахаром 150	Полдник: Снежок (ряженка, кефир йогурт) 200 Кондитерское изделие (печенье, пряник, вафли) 15	Полдник: Тфтели с рисом «Ёжики» 70 Хлеб Кондит. Изд (печенье, пряник, вафли) 15 Чай с сахаром 180	