



Утверждаю
Заведующий МБДОУ – детского сада №196
С.В. Бударкова

Примерное десятидневное меню (с 1 марта 2025 г.)

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день
Завтрак: Каша безмолочная пшеничная с растительным маслом 4.20/1 2021/11/4 Чай 7.10/10/1 Хлеб пшеничный 4.9/13	Завтрак: Каша геркулесовая безмолочная с маслом растительным 2021/8/4/4 Чай 7.10/10/1 Хлеб пшеничный 4.9/13	Завтрак: Каша ячневая безмолочная с маслом растительным 2021/15/4 Чай 7.10/10/1 Хлеб пшеничный 4.9/13	Завтрак: Каша безмолочная пшеничная с маслом растительным 2021/16/4 Чай 7.10/10/1 Хлеб пшеничный 4.9/13	Завтрак: Каша безмолочная ассорти (греча, рис) с маслом растительным 2021/19/4 Чай 7.10/10/1 Хлеб пшеничный 4.9/13
10.00 – сок 7.033/12, 7.031 или 10.00 – фрукты 4.19/10 или напиток из клюквы 7.15/15 из вишни 7.15/13	10.00 – сок 7.033/12, 7.031 или 10.00 – фрукты 4.19/10 или напиток из клюквы 7.15/15 из вишни 7.15/13	10.00 – сок 7.033/12, 7.031 или 10.00 – фрукты 4.19/10 или напиток из клюквы 7.15/15 из вишни 7.15/13	10.00 – сок 7.033/12, 7.031 или 10.00 – фрукты 4.19/10 или напиток из клюквы 7.15/15 из вишни 7.15/13	10.00 – сок 7.033/12, 7.031 или 10.00 – фрукты 4.19/10 или напиток из клюквы 7.15/15 из вишни 7.15/13
Обед: Салат из отварной свеклы с растительным маслом 4.20/1 Суп – пюре из разных овощей 4.27/2 Тефтели из мяса говядины 7.191 Каша гречневая рассыпчатая с овощами 7.44/3/4 Компот из изюма и чернослива 7.5/10/1 Хлеб ржаной 4.8/13	Обед: Салат из отварного картофеля с репчатым луком, соевым огурцом и растительным маслом 7.31/1/5 Уха с крупой рисовой 2021/37/2, 2021/37/3 Картофельное пюре 7.074, 7.64с/1 Запеканка из рыбы с морковью 4.7/7 Компот из кураги и изюма 7.4/10/1 Хлеб ржаной 4.8/13	Обед: Салат из отварной свеклы с изюмом и растительным маслом 7.25/1/3, 7.25/1 Щи из белокочанной капусты с крупой 4.7/2 Печень по Строгановски 4.9/8 Макароны отварные 7.151-4 Компот из яблок и кураги 7.1/10/1 Хлеб ржаной 4.8/13	Обед: Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом 4.32/1 Суп-лапша на курином бульоне 4.20/2 Бигус с мясом курицы 7.350 Кисель 7.248 Хлеб ржаной 4.8/13	Обед: Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом 4.21/1 Суп картофельный с бобовыми 4.17/2 Плов с мясом говядины 4.4/8 Напиток из шиповника 4.15/10 Хлеб ржаной 4.8/13
Уплотнённый полдник: Каша перловая вязкая 7.142 Чай 7.10/10/1 Хлеб пшеничный 4.9/13 Кондитерские изделия 7.308/6	Уплотнённый полдник: Запеканка морковная 4.38/3 Чай 7.10/10/1 Хлеб пшеничный 4.9/13 Фрукты 4.19/10 или Кондитерские изделия 7.308/6	Уплотнённый полдник: Пудинг из крупы с яблоками безмолочный 2021/6-1/6 Чай 7.10/10/1 Хлеб пшеничный 4.9/13 Фрукты 4.19/10	Уплотнённый полдник: Рагу из овощей 7.18/3/2 Чай 7.10/10/1 Хлеб пшеничный 4.9/13 Фрукты 4.19/10	Уплотнённый полдник: Картофель отварной 4.1/3 Пирожок с капустой 7.181-2 Чай с лимоном 4.11/10 Хлеб пшеничный 4.9/13 Фрукты 4.19/10

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 151325621799860972593249704829105498913750279260

Владелец Бударкова Светлана Владимировна ([открыть карточку сотрудн](#)

Действителен с 19.03.2025 по 19.03.2026