

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад № 39 комбинированного вида»**

623119 Свердловская область, г. Первоуральск, Бульвар Юности, 5.

Тел.: 24 – 05 – 06, 66 – 84 – 75 факс: 24 - 05– 06

---

Утверждаю:

Директор МАДОУ «Детский сад №39»



**Примерное пятнадцатидневное циклическое меню  
для детей 1-3 лет**

Рекомендованное меню дома: Лакомка творожная, печенье.

Утверждаю: Директор МАДОУ «Детский сад №39»



## МЕНЮ на 1 день

Наименование блюда	Выход блюда
<b>Завтрак</b>	
<b>ясли</b>	
Каша манная молочная	130
Кофейный напиток с молоком	180
Хлеб с маслом	10
<b>Второй завтрак</b>	
Яблоко	100
<b>Обед</b>	
Салат из свеклы с чесноком	45
Суп гороховый	160
Макароны отварные с овощами	110
Шницель рыбный	60
Напиток из шиповника	150
Хлеб	30
<b>Полдник</b>	
Бутерброд горячий с сыром	150
Сок	180

## МЕНЮ на 2 день

Наименование блюда	Выход блюда
<b>Завтрак</b>	
<b>ясли</b>	
Запеканка из творога с молочным соусом	130
Чай с лимоном	150
Хлеб	40
<b>Второй завтрак</b>	
Кефир	150
<b>Обед</b>	
Салат «Степной»	40
Свекольник со сметаной	150
Капуста тушёная с курой	160
Компот из сухофруктов	150
Хлеб	30
<b>Полдник</b>	
Печенье	30
Молоко	180

Рекомендованное меню дома: Каша молочная, Сок.

Рекомендованное меню дома: Суфле рыбное с молочным подливом.

## МЕНЮ на 3 день

Наименование блюда	Выход блюда
<b>Завтрак</b>	
<b>ясли</b>	
Горошек зелёный отварной	40
Омлет	110
Какао с молоком	180
Хлеб	30
<b>Второй завтрак</b>	
Апельсин	100
<b>Обед</b>	
Огурец солёный	40
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150
Жаркое по домашнему	170
Компот из яблок	150
Хлеб	40
<b>Полдник</b>	
Булочка розовая	40
Какао с молоком	160

## МЕНЮ на 4 день

Наименование блюда	Выход блюда
<b>Завтрак</b>	
<b>ясли</b>	
Тефтели из говядины	60
Каша гречневая на воде	120
Чай с лимоном	160
Хлеб	10
<b>Второй завтрак</b>	
Йогурт	150
<b>Обед</b>	
Салат картофельный с огурцом	40
Рассольник «Ленинградский»	150
Запеканка из печени с рисом и овощами	170
Компот из апельсинов	150
Хлеб	40
<b>Полдник</b>	
Коржик молочный	30
Сок	180

Рекомендованное меню дома: Биточки мясные с тушёной капустой.

## МЕНЮ на 5 день

Наименование блюда	Выход блюда
<b>Завтрак</b>	
Каша пшённая молочная жидкая	130
Кофейный напиток с молоком	180
Бутерброд с маслом	40
<b>Второй завтрак</b>	
Яблоко	100
<b>Обед</b>	
Винегрет	40
Суп картофельный с рыбой	150
Голубцы ленивые с соусом и морковью	170
Компот из сухофруктов	150
Хлеб	50
<b>Полдник</b>	
Ватрушка « Лакомка»	70
Молоко	160

*Рекомендованное меню дома:*

*Творожно-морковная запеканка со сгущенкой.*

## МЕНЮ на 6 день

Наименование блюда	Выход блюда
<b>Завтрак</b>	
Каша из хлопьев овсяных б	130
Какао с молоком	180
Бутерброд с сыром	40
<b>Второй завтрак</b>	
Ряженка	150
<b>Обед</b>	
Салат из отварной моркови	40
Суп из овощей со сметаной	150
Запеканка картофельная с печенью	160
Компот из свежих яблок	150
Хлеб	60
<b>Полдник</b>	
Хлеб с маслом	20
Яйцо варёное	40
Сок	180

*Рекомендованное меню дома:*

*Гуляш из отварной говядины с гречей*

## МЕНЮ на 7 день

Наименование блюда	Выход блюда
<b>Завтрак</b>	
<b>ясли</b>	
Горошек зелёный отварной	40
Омлет	110
Кофейный напиток с молоком	180
Хлеб пшеничный	40
<b>Второй завтрак</b>	
Апельсин	100
<b>Обед</b>	
Салат из свеклы с морковью	40
Щи из свежей капусты со сметаной	150
Гуляш из говядины с картофелем	50/110
Напиток из шиповника	150
Хлеб	40
<b>Полдник</b>	
Печенье	30
Молоко	180

*Рекомендованное меню дома:*

*Сырники творожные с киселём.*

## МЕНЮ на 8 день

Наименование блюда	Выход блюда
<b>Завтрак</b>	
<b>ясли</b>	
Котлеты из говядины	50
Каша рассыпчатая ячневая	110
Чай с сахаром	160
Хлеб	30
<b>Второй завтрак</b>	
Яблоко	100
<b>Обед</b>	
Салат из моркови с зеленым горошком	40
Рассольник домашний	150
Рагу из птицы	160
Сок	180
Хлеб ржаной	30
<b>Полдник</b>	
Ватрушка с повидлом	40
Какао с молоком	180

*Рекомендованное меню дома: Макароны с сыром, фрукты.*

## МЕНЮ на 9 день

Наименование блюда	Выход блюда
<b>Завтрак</b>	
Пудинг творожный с молочным соусом	130
Чай с лимоном	180
Хлеб	40
<b>Второй завтрак</b>	
Снежок	150
<b>Обед</b>	
Икра свекольная	40
Суп овощной с фасолью и сметаной	150
Картофельное пюре	120
Рыба припущенная	60
Компот из сухофруктов	160
Хлеб	30
<b>Полдник</b>	
Пирожок с морковью	50
Сок	180

*Рекомендованное меню дома: Котлета рыбная с картофельным пюре.*

## МЕНЮ на 10 день

Наименование блюда	Выход блюда
<b>Завтрак</b>	
Каша молочная манная	130
Кофейный напиток с молоком	180
Хлеб с повидлом	50
<b>Второй завтрак</b>	
Апельсин	100
<b>Обед</b>	
Салат «Степной»	40
Суп гороховый	150
Печень говяжья по-строгановски	50
Макаронные отварные с овощами	110
Компот из яблок	150
Хлеб ржаной	30
<b>Полдник</b>	
Печенье	30
Молоко	180

*Рекомендованное меню дома: Булочка домашняя.*

## МЕНЮ на 11 день

Наименование блюда	Выход блюда
<b>Завтрак</b>	
	<b>ясли</b>
Каша рисовая	130
Какао с молоком	180
Хлеб с сыром	40
<b>Второй завтрак</b>	
Яблоко	100
<b>Обед</b>	
Салат из моркови	40
Борщ со сметаной	150
Картофель в молоке	120
Котлета рыбная	60
Компот из апельсинов	160
Хлеб	30
<b>Полдник</b>	
Булочка розовая	40
Молоко	160

Рекомендованное меню дома: Котлета рыбная с капустой.

## МЕНЮ на 12 день

Наименование блюда	Выход блюда
<b>Завтрак</b>	
	<b>ясли</b>
Суп молочный с крупой	130
Яйцо варёное	40
Кофейный напиток с молоком	160
Хлеб с маслом	20
<b>Второй завтрак</b>	
Кефир	100
<b>Обед</b>	
Салат из свеклы с зелёным горошком	40
Суп с клёцками	150
Рагу из овощей с говядиной	170
Напиток из шиповника	150
Хлеб	30
<b>Полдник</b>	
Хлеб с сыром	40
Какао с молоком	160

Рекомендованное меню дома: Булочка домашняя.

## МЕНЮ на 13 день

Наименование блюда	Выход блюда
<b>Завтрак</b>	
	<b>ясли</b>
Котлеты из говядины	50
Каша гречневая на воде вязкая	110
Чай с лимоном	160
Хлеб	30
<b>Второй завтрак</b>	
Апельсин	100
<b>Обед</b>	
Винегрет	40
Суп крестьянский со сметаной	150
Суфле из рыбы	60
Макароны отварные	110
Компот из сухофруктов	150
Хлеб	30
<b>Полдник</b>	
Ватрушка	40
Молоко	160

*Рекомендованное меню дома: Котлета рыбная с картофельным пюре.*

## МЕНЮ на 14 день

Наименование блюда	Выход блюда
<b>Завтрак</b>	
	<b>ясли</b>
Горошек зелёный отварной	40
Омлет	110
Чай с молоком	180
Хлеб	30
<b>Второй завтрак</b>	
Яблоко	100
<b>Обед</b>	
Салат из свеклы с сыром	40
Суп с рыбными консервами	150
Тефтели	60
Рагу овощное	120
Компот из сухофруктов	150
Хлеб ржаной	30
<b>Полдник</b>	
Пирожок с морковью	50
Сок	180

*Рекомендованное меню дома: Булочка домашняя.*

## МЕНЮ на 15 день

Наименование блюда	Выход блюда
<b>Завтрак</b>	
Сырники из творога с повидлом	130
Напиток кофейный с молоком	180
Хлеб	40
<b>Второй завтрак</b>	
Йогурт	150
<b>Обед</b>	
Салат картофельный с огурцом	40
Щи со свежей капустой	150
Плов с курой	160
Компот из яблок	150
Хлеб	30
<b>Полдник</b>	
Хлеб с маслом	30
Яйцо варёное	140
Какао с молоком	160

*Рекомендованное меню дома: Котлета рыбная с картофельным пюре.*

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 461584565111053920321496014275683261926988394671

Владелец Лабецкая Светлана Васильевна

Действителен с 04.03.2026 по 04.03.2027