

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»

И.А.Агапова  
«03» июня 2024г.



### МЕНЮ

«04» июня 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша геркулесовая молочная	180/200
Бутерброд с маслом с сыром	30/40 4/5 10
Кофейный напиток с молоком	180/200
<b>II Завтрак</b>	
Фрукт	100
<b>Обед</b>	
Суп лапша с мясом	180/200
Зеленый горошек	20/25
Ленивый голубец со сметанной подливой	80/90 15/20
Кисель	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Печенье сахарное	
Чай с молоком	180/200
<b>Ужин</b>	
Творожная запеканка с яблоками	120/140
Хлеб	20/30
Чай	180/200

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ  
Детский сад № 143  
«Золотая рыбка»  
И.А.Агапова  
«31» мая 2024г.



### МЕНЮ

«03» июня 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша манная молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Чай сладкий с лимоном	180/200
<b>Второй завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Щи с мясом со сметаной	180/200
Кукуруза консервированная	25/30
Котлета мясная с подливой	70/80 15/20
Перловна рассыпчатая с маслом	130/150
Компот из с/ф	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Вафля	
Молоко	150/180
<b>Ужин</b>	
Омлет с картофелем	120/140
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
 И.А.Агапова  
 «05» июня 2024г.

# МЕНЮ



**МЕНЮ**  
 «06» июня 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша пшеничная молочная	180/200
Какао на молоке	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	30/40 4/5 /10
<b>II Завтрак</b>	
Фрукт / БАНАНЫ - 2 /	100
<b>Обед</b>	
Суп картофельный с геркулесом с мясом	180/200
Салат из свежей капусты	35/40
Котлета рыбная с белым соусом	60/70 15/20
Гречка отварная с маслом	130/150
Кисель	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Пряники	
Чай с молоком	180/200
<b>Ужин</b>	
Суп молочный с лапшой	180/200
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30
Фрукт / МАЦАДАРИЦА 2 /	100

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
 И.А.Агапова  
 «04» июня 2024г.



# МЕНЮ



**МЕНЮ**  
 «05» июня 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша кукурузная молочная	180/200
Бутерброд с маслом повидлом	25/30 4/5 10/15
Чай с молоком	180/200
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Суп гороховый с мясом	180/200
Овощная икра	25/30
Азу с мясом говядины	150/180
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Баранка	
Молоко	150/180
<b>Ужин</b>	
Плов фруктовый со свежими яблоками	120/140
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю

Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»

И.А.Агапова

«10» июня 2024г.



**МЕНЮ**

«11» июня 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша геркулесовая молочная	180/200
Кофейный напиток с молоком	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
<b>II Завтрак</b>	
Фрукт <i>Яблоко - 1</i>	100
<b>Обед</b>	
Щи с мясом со сметаной	180/200
Салат из кукурузы с луком и маслом	30/40
Жаркое по-домашнему	150/180
Морс брусничный	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Вафли	
Чай с молоком	180/200
<b>Ужин</b>	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/120 15/20
Чай	180/200
Хлеб	20/30

Утверждаю

Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»

И.А.Агапова

«07» июня 2024г.



**МЕНЮ**

«10» июня 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша рисовая молочная	180/200
Чай с сахаром и лимоном	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Суп «Рассольник с мясом со сметаной»	180/200
Зеленый горошек консервированный	25/30
Тефтели с томатным соусом	60/70 15/20
Макароны отварные с маслом	130/150
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Сухари	
Чай с сахаром	180/200
<b>Ужин</b>	
Омлет натуральный с маслом	100/120
Чай	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
 И.А.Агапова  
 «13» июня 2024 г.



**МЕНЮ**  
 «14» июня 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша ячневая молочная	180/200
Бутерброд с джемом	30/40 15/20
Чай с молоком	180/200
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Суп «Харчо с мясом со сметаной»	180/200
Икра кабачковая	25/30
Капуста тушеная с мясом	150/180
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Кеке	50/50
Чай с молоком	150/180
<b>Ужин</b>	
Яйцо отварное	40/40
Икра морковная	40/50
Хлеб	20/30
Фрукт / Нектарин, Мандарин /	80/80
Чай с сахаром	180/200



Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
 И.А.Агапова  
 «11» июня 2024 г.



**МЕНЮ**  
 «13» июня 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша вязкая кукурузная молочная	180/200
Чай с лимоном и сахаром	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Суп гороховый	180/200
Зеленый горошек консервированный	25/30
Гуляш из говядины в соусе	60/70 15/20
Перловка отварная с маслом	130/150
Кисель клюквенный	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Печенье сахарное	
Биоюгурт	150/180
<b>Ужин</b>	
Каша рисовая молочная	180/200
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30
Фрукт-нектарин	80/80





Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
 И.А.Агапова  
 «17» июня 2024г.



**МЕНЮ**  
 «18» июня 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша пшеничная молочная	180/200
Какао с молоком	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	30/40/10
<b>II Завтрак</b>	
Фрукт / АРБУЗ /	100
<b>Обед</b>	
Борщ - с мясом со сметаной	180/200
Икра кабачковая	25/30
Биточки мясные с белым соусом	60/70 15/20
Макароны отварные с маслом	130/150
Морс клюквенный	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Пряники	
Чай с молоком	180/200
<b>Ужин</b>	
Запеканка из творога с яблоками со сгущенным молоком	100/120 15/20
Чай	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
 И.А.Агапова  
 «14» июня 2024г.



**МЕНЮ**  
 «17» июня 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша манная молочная	180/200
Чай с сахаром и лимоном	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Суп с лапшой с мясом	180/200
Салат из свежей капусты	50/60
Запеканка из печени с рисом со сметанным соусом	150/180 15/20
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Печенье песочное	
Чай с молоком	180/200
<b>Ужин</b>	
Каша «Солдатская» с тушеной говядиной	180/200
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30



# МЕНЮ

## МЕНЮ

«20» июня 2024 г.

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
И.А.Агапова  
«19» июня 2024г.



# МЕНЮ

## МЕНЮ

«19» июня 2024 г.

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
И.А.Агапова  
«18» июня 2024г.



Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша кукурузная молочная	180/200
Чай с лимоном и сахаром	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
<b>II Завтрак</b>	
Фрукт - дыня	100
<b>Обед</b>	
Суп «Полевой с пшеном и мясом»	180/200
Салат из свеклы с сыром	40/50
Горбуша под овощным соусом	180/200 15/20
Картофельное пюре	130/150
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Вафли	
Чай с молоком	180/200
<b>Ужин</b>	
Пудинг рисовый с бруснично-смородиновым соусом	120/140 10/15
Чай	180/200
Хлеб	20/30

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша пшеничная молочная	180/200
Чай с молоком	180/200
Бутерброд с маслом и повидлом	30/40 4/5 15/20
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Суп с клецками с мясом	180/200
Кукуруза консервированная	30/40
Голубцы ленивые со сметанным соусом	150/180 15/20
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Булочка «Майская»	
Кисломолочный напиток «Снежок»	150/180
<b>Ужин</b>	
Омлет с картофелем	120/140
Чай с конфетой	180/200/15
Хлеб	20/30





Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
 И.А. Агапова  
 «21» июня 2024г.



**МЕНЮ**  
 «24» июня 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша манная молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Чай с сахаром	180/200
<b>II Завтрак</b>	
Фрукт / Апельсин 2/2 /	100
<b>Обед</b>	
Уха из сайры с картофелем	180/200
Икра кабачковая	25/30
Фрикадельки мясные	60/70
Рагу овощное	130/150
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Сухари	
Чай с сахаром	180/200
<b>Ужин</b>	
Сырники со сгущенным молоком	100/120 15/20
Чай	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
 И.А. Агапова  
 «20» июня 2024г.



**МЕНЮ**  
 «21» июня 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша геркулесовая молочная	180/200
Кофейный напиток на молоке	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	30/40 4/5/10
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Щи с мясом со сметаной	180/200
Зеленый горошек консервированный	30/40
Азу с говядиной	150/180
Кисель из концентрата	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Печенье , гематоген , конфеты /	
Напиток из свежих фруктов	180/200
<b>Ужин</b>	
Суп молочный с лапшой	180/200
Чай	180/200
Хлеб	20/30





Утверя  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая ры  
И.А.Агапова  
«25» июня 2024г.



МЕН

Ю

«26» июня 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша пшеничная молочная	180/200
Чай с сахаром	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
<b>II Завтрак</b>	
Фрукт <i>яблоко 1/2</i>	100
<b>Обед</b>	
Суп «Рассольник с мясом со сметаной»	180/200
Салат из свежих помидоров	40/50
Плов из говядины	150/180
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Пряники	
Молоко	150/180
<b>Ужин</b>	
Омлет натуральный	100/120
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30



Утверя  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая ры  
И.А.Агапова  
«24» июня 2024г.



МЕНЮ

«25» июня 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша ячневая молочная	180/200
Какао на молоке	180/200
Бутерброд с маслом и джемом	25/30 4/5 15/20
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Борщ с мясом со сметаной	180/200
Салат из свежего огурца с луком и маслом	40/50
Котлета мясная с подливой	60/70 15/20
Гречка отварная с маслом	130/150
Морс из свежих ягод	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Булочка сдобная	
Биойогурт	150/180
<b>Ужин</b>	
Макароны отварные с маслом и сыром	120/140
Хлеб	20/30
Чай с сахаром	180/200





Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
И.А.Агапова  
«27» июня 2024г.

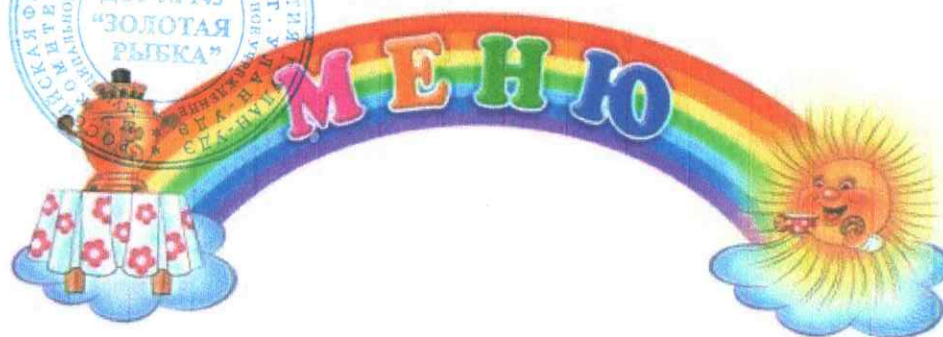


**МЕНЮ**  
«28» июня 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша рисовая молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Какао на молоке	180/200
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Суп Гороховый с мясом	180/200
Икра кабачковая	25/30
Капуста тушеная с мясом	150/180
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Печенье	
Молоко	150/180
<b>Ужин</b>	
Каша «Солдатская с тушенкой»	120/140
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
И.А.Агапова  
«26» июня 2024г.



**МЕНЮ**  
«27» июня 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша <sup>кукурузная</sup> молочная	180/200
Чай с конфетой	180/200/15
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Суп картофельный с геркулесом и мясом	180/200
Кукуруза консервированная	25/35
Суфле рыбное с белым соусом	60/70 15/20
Картофельное пюре	130/150
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Вафли	
Чай с молоком	180/200
<b>Ужин</b>	
Каша ячневая молочная	180/200
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30