



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



## МЕНЮ

«02» июля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша кукурузная молочная	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	30/40 4/5
Какао на молоке	180/200
<b>Второй завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Суп с лапшой с мясом	180/200
Кукуруза консервированная	25/30
Капуста тушеная с мясом	150/180
Морс из свежих ягод	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Сухарики	
Молоко	150/180
<b>Ужин</b>	
Омлет натуральный с маслом	100/120
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30
Фрукт / БАНАНЫ 1/	100



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



## МЕНЮ

«01» июля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша манная молочная	180/200
Чай с сахаром	180/200
Бутерброд с маслом	25/30 4/5
<b>II Завтрак</b>	
Фрукт / ЯБЛОКИ 1/	100
<b>Обед</b>	
Суп Харчо с мясом со сметаной	180/200
Зеленый горошек консервированный	25/30
Котлеты рубленые с белым соусом	60/70 15/20
Макароны отварные с маслом	130/150
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Печенье	
Чай с молоком	180/200
<b>Ужин</b>	
Запеканка творожная со сгущенным молоком	100/120 15/20
Чай	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
И.А.Агапова  
«03» июля 2024г.

# МЕНЮ



**МЕНЮ**  
«04» июля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша пшеничная молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Кофейный напиток с молоком	180/200
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Суп с геркулесом с мясом	180/200
Салат из свежей капусты	40/50
Кета запеченная в сливочном соусе	60/70 15/20
Картофельное пюре	130/150
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Кекс	
Напиток из кураги	180/200
<b>Ужин</b>	
Икра морковная	40/50
Яйцо отварное	40/40
Чай с молоком	180/200
Хлеб	20/30
Фрукт	100



Утверя  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая ры  
И.А.Агапова  
«02» июля 2024г.



**МЕНЮ**  
«03» июля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша геркулесовая молочная	180/200
Бутерброд с джемом	30/40 15/20
Чай с молоком	180/200
<b>II Завтрак</b>	
<b>Фрукт</b>	100
<b>Обед</b>	
Щи с мясом со сметаной	180/200
Салат из свежих огурцов с луком и маслом	40/50
Суфле мясное с томатным соусом	150/180 15/20
Кисель	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Булочка сдобная «Рогалик с обсыпкой»	
Кисломолочный напиток «Снежок»	150/180
<b>Ужин</b>	
Картофельные оладьи с сыром	120/140/10
Хлеб	20/30
Чай с сахаром	180/200



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»

И.А.Агапова  
«05» июля 2024г.

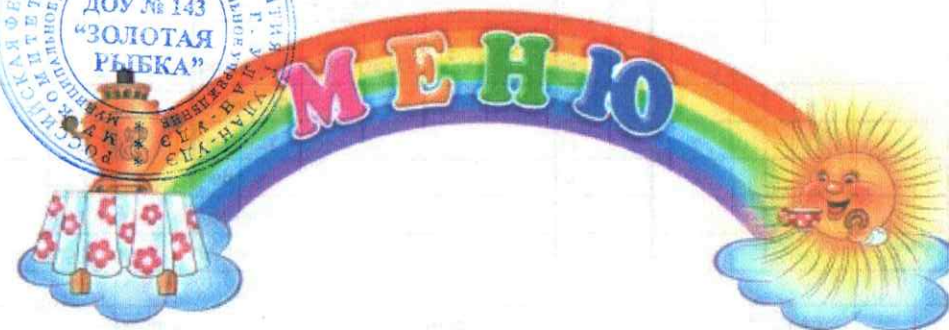


**МЕНЮ**  
«08» июля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша манная молочная	180/200
Какао на молоке	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	30/40 4/5 /10
<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
Макаронные изделия отварные с маслом	130/150
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Кондитерское изделие	
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»

О. В. Фролова  
«04» июля 2024г.



**МЕНЮ**  
«05» июля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша пшеничная молочная	180/200
Чай с лимоном и сахаром	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
<b>II Завтрак</b>	
Фрукт / БАНАНЫ 2 /	100
<b>Обед</b>	
Суп «Уха из сайры с картофелем»	180/200
Салат из свеклы с чесноком	40/50
Биточки мясные с белым соусом	60/70 15/20
Гречка отварная с маслом	130/150
Морс брусничный	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Печенье	
Чай с молоком	180/200
<b>Ужин</b>	
Суп молочный с вермишелью	180/200
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30
	100



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
И.А.Агапова  
«09» июля 2024г.



**МЕНЮ**  
«10» июля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша вязкая кукурузная молочная	180/200
Кофейный напиток с молоком	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Борщ с мясом со сметаной	180/200
Салат из консервированных овощей	40/50
Печень по-строгановски в сметанном соусе	60/70 15/20
Перловка отварная с маслом	130/150
Кисель	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Вафли	
Бийогурт	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  
«08» июля 2024г.



**МЕНЮ**  
«09» июля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша ячневая молочная	180/200
Чай с сахаром	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
<b>II Завтрак</b>	
Фрукт /Апельсин - 1/2 /	100
<b>Обед</b>	
Суп «Полевой с пшеном с мясом»	180/200
Икра кабачковая	30/40
Жаркое по-домашнему	150/180
Морс из свежих ягод	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Коржик	
Компот из чернослива, кураги и изюма	180/200
<b>Ужин</b>	
Пудинг рисовый с джемом	100/120 15/20
Чай с молоком	180/200
Хлеб	20/30
Фрукт /груши 1/2 /	100/100





Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»

О.В Фролова

« 11 » июля 2024г.

# МЕНЮ



## МЕНЮ

«12» июля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша геркулесовая молочная	180/200
Чай с сахаром	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Суп «Гороховый с мясом»	180/200
Салат из свежих помидоров	50/60
Голубцы ленивые со сметанным соусом	150/180 15/20
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Баранки	
Молоко	150/180
<b>Ужин</b>	
Макаронны отварные с сыром	130/150/10
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»

О.В Фролова

«10» июля 2024г.

# МЕНЮ



## МЕНЮ

«11» июля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша рисовая молочная	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	30/40 4/5/10
Чай с молоком	180/200
<b>II Завтрак</b>	
Фрукт / БАНАНЫ 2 /	100
<b>Обед</b>	
Суп «Харчо с мясом со сметаной»	180/200
Салат из свежей капусты с маслом	50/60/5
Суфле рыбное со сметанным соусом	60/70 15/20
Картофельное пюре	130/150
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Печенье	
Чай с молоком	180/200
<b>Ужин</b>	
Каша «Солдатская с тушеной говядиной»	180/200
Хлеб	20/30
Чай с сахаром	180/200



Утверя  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
О.В Фролова  
«15» июля 2024г.



# МЕНЮ



МЕНЮ  
«16» июля 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>1 апельсин, груша 2/2</i>	100
<b>Обед</b>	
Суп с клецками с мясом	180/200
Салат из свежих помидоров с луком и маслом	40/50
Биточки мясные в белом соусе	60/70 15/20
Гречка отварная с маслом	130/150
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Булочка «Дорожная»	50/50
Кисломолочный напиток «Снежок»	150/180
<b>Ужин</b>	
Омлет с сыром	<i>100/200</i>
Чай с конфетой	180/200/15
Хлеб	20/30



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
О.В Фролова  
«12» июля 2024г.



МЕНЮ  
«15» июля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша манная молочная	180/200
Какао с молоком	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	30/40/10
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Уха из сайры с картофелем	180/200
Икра кабачковая	25/30
Капуста тушеная с мясом	150/180
Морс клюквенный	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
<i>Печенье песочное</i>	
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



Утверя  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая ры  
О.В Фролова  
«17» июля 2024г.



**МЕНЮ**  
«18» июля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша гречневая молочная	180/200
Кофейный напиток на молоке	180/200
Бутерброд с джемом	30/40 10/15
<b>II Завтрак</b>	
Фрукт / БАНАНЫ 2 /	100
<b>Обед</b>	
Суп картофельный с геркулесом и мясом	180/200
Салат из свежей капусты	50/60
Язык говяжий в соусе	60/70 15/20
Перловка отварная с маслом	130/150
Кисель из концентрата	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Кондитерское изделие / ПЕЧЕНЬЕ /	
Молоко	150/180
<b>Ужин</b>	
Картофель отварной с маслом	120/140
Сельдь с/с	25/30
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30

Утверя  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая ры  
О. В Фролова  
«16» июля 2024г.



**МЕНЮ**  
«17» июля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша пшеничная 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>	
Свекольник с мясом со сметаной	180/200
Салат из кукурузы с луком и маслом	50/60
Плов со свининой	150/180
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Кондитерское изделие / СУХАРИ, САРАНКА /	
Напиток из кураги	180/200
<b>Ужин</b>	
Макароны отварные с сыром	120/140 /10
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30
Фрукт / ЯБЛОКИ 2 /	100/100

Утверя  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая ры  
О.В Фролова  
«18» июля 2024г.



**МЕНЮ**  
«19» июля 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, г
<b><i>Завтрак</i></b>	
Каша рисовая молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Чай с сахаром	180/200
<b><i>II Завтрак</i></b>	
Сок	100
<b><i>Обед</i></b>	
Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	180/200
Салат фруктовый	50/60
Фрикадельки рыбные со сметанным соусом	60/70 15/20
Спагетти отварные с маслом	130/150
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
<b><i>Полдник</i></b>	
Пряники	
Чай с молоком	180/200
<b><i>Ужин</i></b>	
Картофельные оладьи с сырным соусом	120/140 15/20
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30
Фрукт	100