



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
Н.А Южакова  
«06» декабря 2024г.

# МЕНЮ



**МЕНЮ**  
«09» декабря 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша геркулесовая молочная	180/200
Чай с лимоном с сахаром	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
<b>II Завтрак</b>	
Фрукт 1 яблоко + 1 банан	100
<b>Обед</b>	
Суп «Гороховый с мясом»	180/200
Салат « Фруктовый с йогуртом»	50/60
Котлета по-домашнему с подливой	60/70 15/20
Гречка отварная с маслом	130/150
Морс клюквенный	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Печенье сахарное	
Молоко	150/180
<b>Ужин</b>	
Сырники со сгущенным молоком	120/140 15/20
Чай	180/200
Хлеб	20/30

81157



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
Н. А Южакова  
«05» декабря 2024г.



**МЕНЮ**  
«06» декабря 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша рисовая молочная	180/200
Бутерброд с джемом	30/40 10/15
Чай с молоком	180/200
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Рассольник с мясом со сметаной	180/200
Салат из свеклы с сыром и маслом	50/60
Тефтели мясные	60/70
Картофельное пюре	130/150
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Кондитерское изделие	
Чай с молоком	180/200
<b>Ужин</b>	
Каша манная молочная	180/200
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30

71128



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
Н.А. Южакова  
«10» декабря 2024г.

# МЕНЮ

МЕНЮ  
«11» декабря 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша ячневая молочная	180/200
Бутерброд с повидлом	30/40 10/15
Чай с молоком	180/200
<b>II Завтрак</b>	
Фрукт / груши 2/2 /	100
<b>Обед</b>	
Суп картофельный с клецками с мясом	180/200
Икра кабачковая	50/60
Капуста тушеная с мясом	150/180
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Коржик молочный	
Снежок	150/180
<b>Ужин</b>	
Суп молочный с макаронными изделиями	180/200
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30

11/267



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
Н.А. Южаков  
«09» декабря 2024г.



МЕНЮ  
«10» декабря 2024г.

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>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Щи с мясом со сметаной	180/200
Кукуруза консервированная	50/60
Запеканка из печени с рисом с белым соусом	150/180 15/20
Кисель брусничный	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Вафли	
Чай с молоком	180/200
<b>Ужин</b>	
Омлет натуральный с маслом	120/140/10
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30

13/271



Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
 Н.А Южакова  
 «12» декабря 2024г.



**МЕНЮ**  
 «13» декабря 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Каша 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 картофельный с мясом с геркулесом	180/200
Салат из свеклы с сыром	50/60
Плов с говядиной	150/180
Напиток из чернослива	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Пирожки с творожно-изюмным фаршем	50/50
Чай с молоком	180/200
<b>Ужин</b>	
Каша пшеничная молочная	180/200
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30

11/164



Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
 Н.А Южакова  
 «11» декабря 2024г.



**МЕНЮ**  
 «12» декабря 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша манная молочная	180/200
Кофейный напиток с молоком	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	30/40 4/5/10
<b>II Завтрак</b>	
Фрукт <u>1 БАНАНЫ 1/2/</u>	100
<b>Обед</b>	
Рассольник с мясом со сметаной	180/200
Салат из свежих помидоров с луком и маслом	50/60
Горбуша с овощами	60/70 15/20
Картофельное пюре	130/150
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
<u>1 ПЯНЧКИ</u>	<u>50/50</u>
Компот из консервированных фруктов	180/200
<b>Ужин</b>	
Каша «Солдатская с тушеной говядиной»	180/200
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30

10/40



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
Н.А Южакова  
«16» декабря 2024г.

# МЕНЮ



## МЕНЮ

«17» декабря 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша геркулесовая молочная	180/200
Чай с молоком	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Суп «Харчо с мясом со сметаной»	180/200
Зеленый горошек консервированный	50/60
Азу из говядины	150/180
Морс клюквенный	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Сухари	
Чай с сахаром	180/200
<b>Ужин</b>	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/140 15/20
Чай	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
Н.А Южакова  
«13» декабря 2024г.



## МЕНЮ

«16» декабря 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша ячневая молочная	180/200
Бутерброд с маслом и джемом	30/40 4/5 10/15
Какао на молоке	180/200
<b>2 Завтрак</b>	
Фрукт <i>яблоко - 1 /</i>	100
<b>Обед</b>	
Щи с мясом со сметаной	180/200
Салат из моркови с сахаром	50/60
Биточки мясные с подливой	60/70 15/20
Макаронь отварные с маслом	130/150
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Печенье сахарное	
Чай с молоком	180/200
<b>Ужин</b>	
Пудинг маннй с брусничным соусом	120/140 15/20
Хлеб	20/30
Чай с сахаром	180/200

811827

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»

Н.А.Южакова

«16» декабря 2024г.



**МЕНЮ**

«18» декабря 2024г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша «Боярская с изюмом»	180/200
Кофейный напиток с молоком	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
<b>II Завтрак</b>	
Фрукт / апельсин 2/2/	100
<b>Обед</b>	
Суп «Уха из форели с картофелем»	180/200
Салат из свежей капусты с маслом	50/60
Тефтели с томатным соусом	60/70 15/20
Гречка отварная с маслом	130/150
Кисель	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Пирожки с капустой	50/50
Чай с сахаром	180/200
<b>Ужин</b>	
Суп молочный с макаронными изделиями	180/200
Чай с конфетой	180/200/15
Хлеб	20/30



Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
 Н.А.Южакова  
 «02» декабря 2024г.



**МЕНЮ**  
 «03» декабря 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>	
Фрукт / МАНДАРИНЫ /	100
<b>Обед</b>	
Суп с геркулесовыми хлопьями на курином бульоне	180/200
Зеленый горошек консервированный	50/60
Голубцы ленивые со сметанным соусом	150/180 15/20
Морс брусничный	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Пряники	50/50
Чай с молоком	180/200
<b>Ужин</b>	
Запеканка творожная со сгущенным молоком	120/140 15/20
Чай	180/200
Хлеб	20/30

4/156



Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ  
 Детский сад № 143 «Золотая рыбка»  
 Н.А.Южакова  
 «29» ноября 2024г.



**МЕНЮ**  
 «02» декабря 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша манная молочная	180/200
Бутерброд с маслом / <u>КАСЫДОУ</u>	30/40 4/5 1/37
Чай с сахаром	180/200
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100
<b>Обед</b>	
Суп «Гороховый с мясом»	180/200
Салат из свежей капусты	50/60
Гуляш из мяса говядины с подливой	60/70 15/20
Перловка отварная с маслом	130/150
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Печенье сахарное	
Чай с молоком	180/200
<b>Ужин</b>	
Омлет с картофелем	120/140
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30

5/153



Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
 Н.А.Южакова  
 «04» декабря 2024г.



**МЕНЮ**  
 «05» декабря 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша гречневая молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Какао на молоке	180/200
<b>II Завтрак</b>	
Фрукт <i>Бананы - 3/2/</i>	100
<b>Обед</b>	
Суп «Полевой» с пшеном с мясом	180/200
Салат из свежей капусты с маслом	50/60
Суфле рыбное с томатным соусом	150/180 15/20
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Ватрушка с творогом	50/50
Напиток из изюма	180/200
<b>Ужин</b>	
Суп молочный с лапшой	180/200
Хлеб	20/30
Чай с конфетой	180/200 /15

*7/149*



Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»  
 Н.А.Южакова  
 «03» декабря 2024г.



**МЕНЮ**  
 «04» декабря 2024г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
<b>Завтрак</b>	
Каша ячневая молочная	180/200
Чай с лимоном и с сахаром	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
<b>II Завтрак</b>	
Сок	100/100
<b>Обед</b>	
Суп «Харчо с мясом со сметаной»	180/200
Огурец свежий/порционно/	50/60
Рагу овощное с мясом	150/180
Кисель	180/200
Хлеб	30/40
<b>Полдник</b>	
Баранка сдобная	40/40
Биойогурт	150/180
<b>Ужин</b>	
Макаронь отварные с маслом <i>и сыром с тушеной</i>	120/140/10
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30

*6/145-*