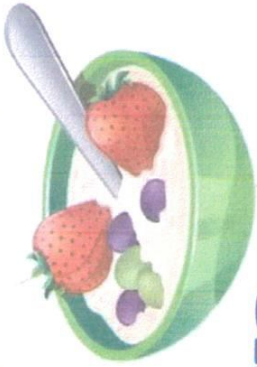


Утверждено
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
 И.А.Агапова
 «01» сентября 2023г.



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ
 Детский сад № 143
 «Золотая рыбка»
 И.А.Агапова
 «31» августа 2023г.



МЕНЮ

«01» сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша пшеничная молочная	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	30/40 4/5/10
Какао на молоке	180/200
Второй завтрак	
Фрукт	100
ШОКОЛАД	45/45
Обед	
Суп с геркулесом с мясом	180/200
Салат из консервированных овощей	25/30
Плов с говядиной	120/150
Морс из смородины	180/200
Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	30/40
Полдник	
Пряники	
Снежок	150/180
Ужин	
Икра из свеклы	25/30
Яйцо отварное	40/40
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30



МЕНЮ

«04» сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каш манная молочная	180/200
Какао на молоке	180/200
Бутерброд с маслом	25/30 4/5
II Завтрак	
Сок	100
Обед	
Суп Гороховый с мясом	180/200
Икра кабачковая	15/20
Котлеты рубленые с белым соусом	60/70 15/20
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	120/140
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	30/40
Полдник	
Печенье песочное	
Молоко	150/180
Ужин	
Омлет натуральный с маслом	100/120
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
И.А.Агапова
«05» сентября 2023г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
И.А.Агапова
«04» сентября 2023г.



МЕНЮ
«06»сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша пшеничная с фруктами	180/200
Бутерброд с маслом	25/30 4/5
Чай с конфетой	180/200 /15
II Завтрак	
Сок	100
Обед	
Рассольник с мясом со сметаной	180/200
Икра кабачковая	15/20
Запеканка из печени с рисом со сметанным соусом	150/180 15/20
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Сушарики	
Чай с сахаром	180/200
Ужин	
Суп молочный с лапшой	180/200
Чай	180/200
Хлеб	20/30



МЕНЮ
«05» сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша ячневая молочная	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	25/30 4/5 /10
Кофейный напиток с молоком	180/200
II Завтрак	
Фрукт	100
Обед	
Суп «Харчо» с мясом	180/200
Зеленый горошек консервированный	15/20
Капуста тушеная с мясом	150/180
Морс брусничный	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Вафли	
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Запеканка из творога с повидлом	100/120 15/20
Хлеб	20/30
Чай	180/200

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
И.А. Агапова
«06» сентября 2023г.



МЕНЮ
«07» СЕНТЯБРЯ 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша пшеничная молочная	180/200
Чай с сахаром	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	25/30 4/5 /10
II Завтрак	
Фрукт	100
Обед	
Суп «Щи с мясом со сметаной»	180/200
Кукуруза консервированная	15/20
Котлета рыбная	60/70
Картофельное пюре	120/140
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Кекс	
Чай	180/200
Ужин	
Каша гречневая молочная	180/200
Чай	180/200
Хлеб	20/30

Утверя
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая ры
И.А. Агапова
«07» сентября 2023г.



МЕНЮ
«08» сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша рисовая молочная	180/200
Чай с конфетой	180/200/15
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
II Завтрак	
Сок	100
Обед	
Уха из горбуши	180/200
Зеленый горошек консервированный	15/20
Голубцы ленивые с томатным соусом	60/70 15/20
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Булочка	
Блиогурт/молоко	150/180
Ужин	
Макароны отварные с сыром и маслом	120/140
Чай	180/200
Хлеб	20/30

Утверждено
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
 И.А.Агапова
 «08» сентября 2023г.



МЕНЮ

«11» сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша манная молочная	180/200
Какао с молоком	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Сок	100
Обед	
Суп овощной с мясом	180/200
Икра кабачковая	15/20
Биточки мясные с подливой	60/70 15/20
Гречка отварная с маслом	120/140
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Печенье	
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Омлет с картофелем	100/120
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30



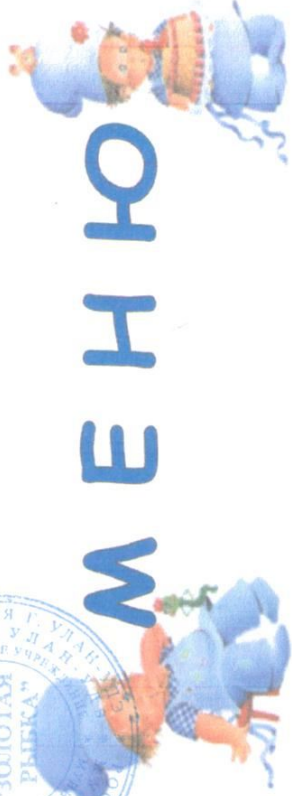
МЕНЮ

«12» сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша кукурузная молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Чай с сахаром	180/200
II Завтрак	
Фрукт	100
Обед	
Борщ с мясом со сметаной	180/200
Кукуруза консервированная	15/20
Сердце в соусе	70/80 15/20
Перловка отварная с маслом	120/140
Кисель смородиновый	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Вафли	
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Пудинг из творога с грушами	100/120
Чай	180/200
Хлеб	20/30

Утверждено
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
 И.А.Агапова
 «11» сентября 2023г.

Утверждено
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
И.А.Агапова
«12» сентября 2023г.



МЕНЮ
«12» сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша ячневая молочная	180/200
Кофейный напиток с молоком	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
II Завтрак	
Сок	100
Обед	
Суп с фасолью и мясом	180/200
Свежий огурец	40/50
Капуста тушеная с мясом	150/180
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Печенье сахарное	150/180
Снежок	
Ужин	
Картофельные оладьи с сыром	100/120
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30



Утверждено
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
И.А.Агапова
«13» сентября 2023г.



МЕНЮ
«14» сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша пшеничная молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Чай с сахаром и лимоном	180/200
II Завтрак	
Фрукт	100
Обед	
Суп картофельный с лапшой с мясом	180/200
Зеленый горошек консервированный	15/20
Горбуша запеченная с овощами	70/80 10/15
Картофельное пюре	120/140
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Пряники	
Чай	180/200
Ужин	
Каша гречневая молочная	100/120
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30

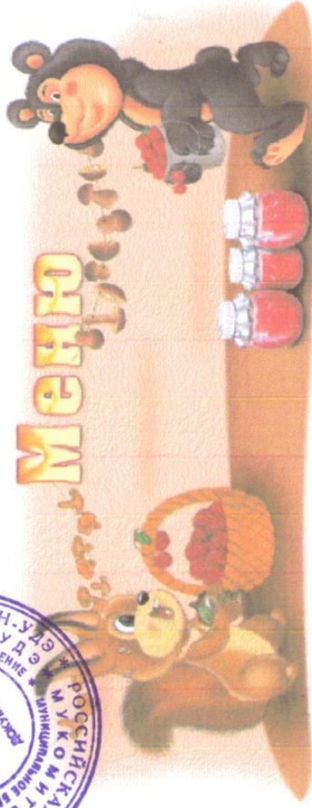
Утверждено
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
 И.А. Агапова
 «15» сентября 2023г.



МЕНЮ
 «18» сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша манная молочная	180/200
Чай с лимоном и сахаром	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
2 Завтрак	
Фрукт	100
Обед	
Рассольник с мясом со сметаной	180/200
Салат из свежих овощей	25/30
Запеканка из пшена с рисом с сливочным соусом	150/180 15/20
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Баранка	
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Макаронные отварные с сыром и маслом	120/140
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30

Т
 Утверждено
 Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
 И.А. Агапова
 «14» сентября 2023г.



МЕНЮ
 «15» сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша геркулесовая молочная	180/200
Какао с молоком	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
II Завтрак	
Сок	100
Обед	
Суп гороховый мясом	180/200
Икра кабачковая	15/20
Плов с говядиной	150/180
Кисель	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Ватрушка с творогом	50/50
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Икра морковная	30/40
Яйцо отварное	40/40
Чай	180/200
Хлеб	20/30

Утверждено

Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»

И.А.Агапова

«19» сентября 2023г.



МЕНЮ



МЕНЮ

«19» сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша рисовая молочная	180/200
Кофейный напиток с молоком	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	30/40 4/5/10
II Завтрак	
Сок	100
Обед	
Суп с клецками с мясом	180/200
Кукуруза консервированная	15/20
Суфле из говяжьих сердец	70/80 15/20
Гречка отварная с маслом	120/140
Кисель	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Печенье с начинкой	
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Запеканка из творога со сгущенкой	100/120 15/20
Чай	180/200
Хлеб	20/30



МЕНЮ



МЕНЮ

«20» сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша ячневая молочная	180/200
Чай с лимоном и сахаром	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
II Завтрак	
Фрукт	100
Обед	
Свекольник с мясом со сметаной	180/200
Зеленый горошек консервированный	15/20
Голубцы ленивые с томатным соусом	60/70 15/20
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Булочка с повидлом	
Биойогурт	150/180
Ужин	
Омлет с помидорами	100/120
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30

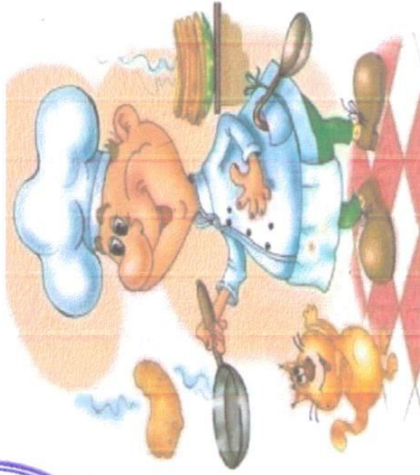
Утверждено

Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»

И.А.Агапова

«19» сентября 2023г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
И.А. Агапова
«20» сентября 2023г.



МЕНЮ

«21» сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша пшеничная молочная	180/200
Какао на молоке	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	30/40 4/5/10
Сок	100
Обед	
Суп гороховый с мясом	180/200
Икра кабачковая	15/20
Биточки из горбуши с подливой	60/70 15/20
Картофельное пюре	120/140
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Кекс «Чайный»	50/50
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Пудинг манный с джемом	100/120 15/20
Чай	180/200
Хлеб	20/30
Фрукт	100

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
И.А. Агапова
«21» сентября 2023г.



МЕНЮ

«22» сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша пшеничная молочная	180/200
Чай с сахаром	180/200
Бутерброд с маслом	25/30 4/5
Фрукт	100
Обед	
Щи с мясом со сметаной	180/200
Кукуруза консервированная	15/20
Тефтели с белым соусом	60/70 15/20
Макаронны отварные с маслом	120/140
Морс смородиновый	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Пирожное «Барни»	30/30
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Картофель отварной с маслом	100/120
Сельдь с/с	20/25
Хлеб	20/30
Чай	180/200

Утверждено
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
И.А.Агапова
«25» сентября 2023г.



МЕНЮ
«26» сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша манная молочная	180/200
Чай с мармеладом	180/200/15
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
II Завтрак	
Фрукт	100
Обед	
Борщ с мясом со сметаной	180/200
Икра кабачковая	15/20
Жаркое по-домашнему	150/180
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Вафли	
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Пудинг из творога с грушами	100/120
Чай	180/200
Хлеб	20/30



Утверждено
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
И.А.Агапова
«22» сентября 2023г.



МЕНЮ
«25» СЕНТЯБРЯ 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша геркулесовая молочная	180/200
Кофейный напиток с молоком	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	30/40 4/5/10
Сок	100
Обед	
Уха из сайры	180/200
Салат фруктовый	25/30
Беф-строганов из печени в сметанном соусе	70/80 15/20
Рис отварной с маслом	120/140
Кисель	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Печенье сахарное	
Коктейль молочный	200/200
Ужин	
Омлет с картофелем	100/120
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
И.А.Агапова
«27» сентября 2023г.



МЕНЮ

«28» сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша ячневая молочная	180/200
Чай с сахаром и лимоном	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Фрукт	100
II Завтрак	
Обед	
Суп « Овощной » с мясом со сметаной	180/200
Икра кабачковая	15/20
Горбуша запеченная под сыром	70/80/10
Картофель отварной с маслом	120/140
Морс смородиновый	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Булочка Дорожная	180/200
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Суп молочный с лапшой	180/200
Чай с конфетой	180/200/15
Хлеб	20/30

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
И.А.Агапова
«26» сентября 2023г.



МЕНЮ

«27» сентября 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша гречневая молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Какао на молоке	180/200
Сок	100
II Завтрак	
Обед	
Суп картофельный с геркулесом и мясом	180/200
Огурец свежий	40/50
Котлета по-домашнему мясная с подливой	60/70 15/20
Перловка отварная с маслом	120/140
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Пряники	150/180
Снежок	150/180
Ужин	
Макароны отварные с сыром и маслом	100/120/10
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30

