



Утверя
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая ры
И.А.Агапова
«15» января 2024г.

МЕНЮ



МЕНЮ
«16» января 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша пшеничная молочная	180/200
Кофейный напиток с молоком	180/200
Бутерброд с маслом с сыром	30/40 4/5/10
II Завтрак	
Фрукт	100
Обед	
Суп картофельный с лапшой с мясом	180/200
Салат из свежей капусты с овощами	25/30
Гуляш из говядины с соусом	70/80 15/20
Перловый гарнир с маслом	130/150
Напиток из кураги	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Кекс	
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Сырники со сгущенным молоком	120/140 15/20
Чай	180/200
Хлеб	20/30

21/284



Утверя
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая ры
И.А.Агапова
«12» января 2024г.



МЕНЮ
«15» января 2024г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша манная молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Чай с сахаром	180/200
II Завтрак	
Сок	100
Обед	
Щи с мясом со сметаной	180/200
Икра кабачковая	20/25
Макароны по-флотски с мясом	150/180
Кисель	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Вафли	
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Каша рисовая молочная	180/200
Чай	180/200
Хлеб	20/30

18/172



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



МЕНЮ
«18» января 2024 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Каша кукурузная молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Какао на молоке	180/200
II Завтрак	
Фрукт	100
Обед	
Суп «Харчо» с мясом со сметаной	180/200
Салат из свеклы с сыром	25/30
Кета запеченная под овощным маринадом	60/70 15/20
Картофельное пюре	120/140
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Баранка	
Чай с сахаром	180/200
Ужин	
Каша ячневая молочная	180/200
Чай с конфетой	180/200
Хлеб	20/30

23/171



Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
И.А.Агапова
«16» января 2024г.



МЕНЮ
«17» января 2024г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша геркулесовая молочная	180/200
Чай с молоком	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
II Завтрак	
Сок	100
Обед	
Уха из горбуши	180/200
Зеленый горошек консервированный	25/30
Биточки мясные с белым соусом	60/70 15/20
Гречка отварная с маслом	120/140
Морс из смородины	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Пряники	
Биоюгurt	150/180
Ужин	
Омлет натуральный с маслом	100/120
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30

23/170



Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»

И.А.Агапова

«09» января 2023г.



МЕНЮ

«10» января 2024г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша геркулесовая молочная	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	30/40 4/5 /10
Чай	180/200
II Завтрак	
Сок	100
Обед	
Рассольник с мясом со сметаной	180/200
Кукуруза консервированная	15/20
Жаркое по-домашнему	180/200
Морс бруснично-клюквенный	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Кеке	
Йогурт	150/180
Ужин	
Суп «Молочный с лапшой»	120/140
Чай сладкий	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»

И.А.Агапова

«09» января 2024г.



МЕНЮ

«09» января 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша манная молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Какао на молоке	180/200
II Завтрак	
Фруктовое пюре	100
Обед	
Суп картофельный с мясом и геркулесом	180/200
Овощная икра	25/30
Котлета мясная с подливой	60/70 15/20
Макаронные изделия отварные, с маслом	130/150
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Печенье сахарное	
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Омлет с картофелем	100/120
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30



Утверя
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая ры
И.А.Агапова
«11» января 2023г.



МЕНЮ
12»января 2023 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша пшеничная молочная	180/200
Чай с сахаром	180/200
Бутерброд с маслом и сыром	30/40 4/5/10
II Завтрак	
Йогурт «Растишка»	100/100
Обед	
Суп Гороховый с мясом	180/200
Горошек консервированный	15/20
Капуста тушеная с мясом	150/180
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Сухарики	
Чай	180/200
Ужин	
Пудинг творожный с яблоками	100/120
Чай сладкий	180/200
Хлеб	20/30
Яблоко	



Утверя
Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая ры
И.А.Агапова
«10» января 2024г.



МЕНЮ
«11» января 2024г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша ячневая молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Кофейный напиток с молоком	180/200
II Завтрак	
Фрукт	100
Обед	
Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	180/200
Салат из свежих овощей	25/30
Котлета рыбная с подливой	100/120 15/20
Рис отварной с маслом	100/120 4/5
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Печенье с начинкой	
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Каша «Солдатская» с тушенкой	100/120
Хлеб	20/30
Чай с сахаром	180/200