

МУ «Комитет по образованию Администрации г. Улан-Удэ»
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №64 «Колокольчик» комбинированного вида г. Улан-Удэ
670013, г. Улан-Удэ, ул. Ключевская, 18А
телефон: 43-73-41 e-mail: 64-mdou@mail.ru

Утверждаю
Заведующий МАДОУ
Детский сад №64 «Колокольчик»
О.В МIRONENKO
2020г.



Примерное 20-ти дневное меню
для питания детей
от 3 до 7 лет.

г. Улан-Удэ
2020г.



Завтрак: Каша ячневая
Батон с маслом и сыром
Чай с сахаром
2 Завтрак:
Сок
Обед:
Суп с фасолью
Жаркое по-домашнему
Закуска: Кабачковая икра
Компот из сухофруктов
Хлеб ржаной
Полдник:
Пудинг творожный со сгущ. мол
Чай
Хлеб пшеничный
Фрукт

Завтрак: Каша манная
Батон с маслом
Какао на молоке
2 Завтрак:
Снежок
Обед:
Суп домашняя лапша
Гуляш из печени
Каша пшенная
Компот из кураги и изюма
Закуска:
Консервированный горошек с луком
Хлеб ржаной
Полдник:
Хачапури с сыром
Чай с сахаром
Фрукт

Завтрак: Каша кукурузная
Батон с маслом и сыром
Чай с сахаром
2 Завтрак:
Кефир
Обед:
Суп «Уха»
Рулет мясной с яйцом
Рис отварной
Соус томатный
Кисель из ягод
Хлеб ржаной
Полдник:
Суп молочный с макаронами
Хлеб пшеничный
Чай, конфета
Фрукт

Завтрак: Каша пшеничная
Батон с маслом и сыром
Чай с сахаром
2 Завтрак:
Йогурт
Обед:
Суп геркулесовый
Горбуша под овощами
Картофельное пюре
Компот из чернослива и изюма
Хлеб ржаной
Закуска:
Огурец свежий нарезка
Полдник:
Сосиска в тесте
Чай с сахаром
Фрукт

Завтрак: Каша «Дружба»(рис +гречка)
Батон с маслом и сыром
Чай с сахаром и лимоном
2 Завтрак:
Ряженка
Обед:
Суп « Бабушкин с лапшой»
Голубцы ленивые
Соус сметанный
Напиток из шиповника
Закуска:
Помидор свежий нарезка
Хлеб ржаной
Полдник:
Булочка дорожная
Молоко кипяченое
Фрукт

2 неделя

Завтрак: Каша ячневая
Батон с маслом и сыром
Кофейный напиток
2 Завтрак:
Сок
Обед:
Суп гороховый
Котлета мясная
Каша гречневая , Соус овощной
Компот из сухофруктов
Закуска: Кабачковая икра
Хлеб ржаной
Полдник:
Сочни с творогом
Чай
Фрукт

Завтрак: Каша рисовая
Батон с маслом и сыром
Чай с молоком
Завтрак:
Снежок
Обед:
Суп с клецками
Суфле из печени с рисом
Соус сметанный
Закуска: Огурец свежий нарезка
Компот из кураги чернослива
Хлеб ржаной
Полдник:
Картофельная запеканка с мясом
Чай ,конфета
Фрукт

Завтрак: Каша овсяная
Батон с маслом и сыром
Чай с сахаром
2 Завтрак:
Ряженка
Обед:
Суп «Борщ»
Колбаса отварная с томатным соусом
Макаронные изделия
Компот из кураги и изюма
Хлеб ржаной
Закуска: помидор свежий нарезка
Полдник:
Печеное яблоко с повидлом
Чай с молоком
Хлеб пшеничный

Завтрак: Каша манная
Батон с маслом и сыром
Чай с сахаром и лимоном
2 Завтрак:
Йогурт
Обед:
Суп «Харчо»
Минтай
Картофельное пюре
Соус томатный
Кисель из облепихи
Хлеб ржаной
Полдник:
Булочка с сахаром
Чай
Фрукт

Завтрак: Каша кукурузная
Батон с маслом
Чай , печенье
2 Завтрак:
Кефир
Обед:
Суп шахтерский (гречка)
Капуста тушеная с мясом
Морс из свежих ягод
Хлеб ржаной
Полдник:
Омлет
Хлеб пшеничный с сыром
Какао на молоке
Фрукт

3 неделя

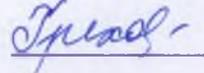
Завтрак: Каша ячневая Батон с маслом и сыром Чай с сахаром	Завтрак: Каша манная Батон с маслом и сыром Кофейный напиток	Завтрак: Каша пшеничная Батон с маслом, повидло Чай с молоком	Завтрак: Каша «Дружба» гречка +пшено Батон с маслом и сыром Чай с сахаром	Завтрак: Каша кукурузная Батон с маслом и сыром Чай с сахаром и лимоном
2 Завтрак: Сок	2 Завтрак: Снежок	2 Завтрак: Йогурт	2 Завтрак: Ряженка	2 Завтрак: Кефир
Обед: Суп Щи Плов Компот из сухофруктов Закуска: Огурец свежий Хлеб ржаной Полдник: Сырники со сгущ. молоком Чай Фрукт	Обед: Суп «Бабушкин» с лапшой Оладьи из пчени Картофельное пюре Соус сметанный Компот чернослива и изюма Хлеб ржаной Полдник: Расстегай с рыбой Чай с сахаром Фрукт	Обед: Суп рассольник (перловка) Котлета мясная Макароны отварные Соус овощной Компот из кураги и чернослив Хлеб ржаной Закуска: помидор свежий нарезка Полдник: Пицца Чай с сахаром Фрукт	Обед: Свекольник Горбуша под овощами Рис отварной Напиток из шиповника Хлеб ржаной Закуска: Консервированная кукуруза Полдник: Омлет натуральный Какао на молоке Хлеб пшеничный Фрукт	Обед: Суп с мясным фрикаделькам Капуста с сосисками Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Полдник: Плов фруктовый Чай ,конфета Хлеб пшеничный Фрукт
4 неделя				

Завтрак: Каша пшеничная Батон с маслом и сыром Чай с сахаром	Завтрак: Каша овсяная Батон с маслом и сыром Какао на молоке	Завтрак: Каша манная Батон с маслом и сыром Чай ,конфета	Завтрак: Каша рисовая Батон с маслом и сыром Чай с сахаром	Завтрак: Каша кукурузная Батон с маслом и сыром Чай с сахаром и лимоном
2 Завтрак: Сок	2 Завтрак: Йогурт	2 Завтрак: Снежок	2 Завтрак: Ряженка	2 Завтрак: Кефир
Обед: Суп картофельный со сметаной Гуляш с мясом Гречка отварная Закуска: Консервированная кукуруза Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Полдник: Ватрушка с творогом Чай с молоком Фрукты	Обед: Суп с вермишелью Тефтели из говядины Свекла тушеная Напиток из облепихи Хлеб ржаной Полдник: Сельдь с/с с луком Картофель отварной Хлеб пшеничный Чай с сахаром Фрукт	Обед: Суп крестьянский (пшено) Овощное рагу Компот из кураги Хлеб ржаной Закуска: Кабачковая икра Полдник: Макароны с изюмом Чай с молоком Хлеб пшеничный Фрукт	Обед: Суп Бабушкин с гречкой Котлета из минтая Картофельное пюре Кисель из ягод Хлеб ржаной Полдник: Пирожок с капустой Чай с сахаром Фрукт	Обед: Суп Борщ Котлета мясная Каша гречневая Соус овощной Напиток из шиповника Закуска: Огурец свежий нарезка Хлеб ржаной Полдник: Гребешок с повидлом Чай с молоком Фрукт

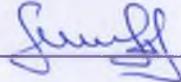
МУ «Комитет по образованию Администрации г. Улан-Удэ»
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №64 «Колокольчик» комбинированного вида г. Улан-Удэ
670013, г. Улан-Удэ, ул. Ключевская, 18А
телефон: 43-73-43 e-mail: 64-mdou@mail.ru

1 корпус

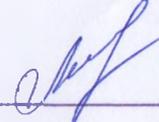
кладовщик: Шарук Е.Т. 

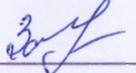
повара: Трехова Т.Т. 

Денисова Е.В. 

Михеева А.В. 

2 корпус

кладовщик: Шишкина Е.В. 

повара: Захарова Л.В. 

Лидиу Ю.А. 