Утверждаю:
Заведующий Цветкова Е.П.

Примерное цикличное меню для воспитанников дошкольных образовательных учреждений (с 1 до 3 лет)

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Завтрак				
Каша манная молочная жидкая 150 Яйцо вареное 40 Сыр твердый 5 Кофейный напиток с молоком 150 Хлеб ржано-пшеничный 10	Запеканка из творога 150 Соус молочный сладкий 20 Молоко кипяченое 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10	Омлет с зеленым горошком 150 Чай с молоком 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10	Суп молочный с макаронными изделиями 150 Яйцо вареное 40 Сыр твердый 5 Какао с молоком 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10	Каша ячневая молочная 150 Яйцо отварное 1шт Кофейный напиток с молоком 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10
Второй завтрак				
Сок 100	Фрукт 100	Сок 100	Фрукт 100	Сок 100
Обед				
Икра свекольная 40 Суп картофельный с бобовыми 150 Гуляш мясной 60 Картофельное пюре 100 Компот из смеси сухофруктов 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10	Маринад овощной с томатом 40 Суп из овощей 150 Тефтели мясные 60 Соус томатный 20 Каша гречневая рассыпчатая 100 Сок 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10	Икра морковная 40 Борщ с капустой и картофелем 150 Картофель тушенный с курицей 150 Отвар шиповника 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10	Маринад овощной со свеклой 40 Рассольник ленинградский 150 Рыба, тушенная в томате с овощами 60 Картофельное пюре 100 Компот из изюма 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10	Горошек зеленый консервированный отварной 40 Свекольник 150 Голубцы ленивые 60 Соус молочный 20 Рис припущенный 100 Сок 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10
Полдник				
Кондитерское изделие 30 Кисломолочный напиток 150	Сдоба обыкновенная 50 Кисломолочный напиток 150	Ватрушка с творогом 50 Кисломолочный напиток 150	Пирожок печеный с капустой 50 Кисломолочный напиток 150	Кондитерское изделие 30 Молоко кипяченое 150
Ужин				
Фрикадельки рыбные 60 Капуста тушеная 100 Чай черный байховый с сахаром 150 Фрукт 95 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20	Кукуруза отварная 40 Печень говяжья по-строгановски 60 Макаронные изделия отварные 100 Чай черный байховый с лимоном и сахаром 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20	Рыбные хлебцы 60 Соус томатный 20 Каша пшенная рассыпчатая 100 Кисель плодово-ягодный 150 Фрукт 95 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20	Кнели из говядины 60 Капуста тушеная 100 Чай с сахаром 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20	Тефтели рыбные 60 Соус томатный 20 Картофель отварной 100 Чай черный байховый с лимоном и сахаром 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20

Утверждаю:
Заведующий Цветкова Е.П.

Примерное цикличное меню для воспитанников дошкольных образовательных учреждений (с 1 до 3 лет)

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак				
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 150 Сыр твердый 5 Чай с молоком 150 Хлеб ржано-пшеничный 10	Запеканка из творога 150 Соус молочный сладкий 20 Молоко кипяченое 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10	Омлет натуральный 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10 Кофейный напиток с молоком 150	Каша "Дружба" 150 Сыр твердый 5 Чай с молоком 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10	Омлет с зеленым горошком 150 Какао с молоком 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10
Второй завтрак				
Фрукт 100	Сок 100	Фрукт 100	Сок. 100	Фрукт 100
Обед				
Икра свекольная 40 Щи из свежей капусты с картофелем 150 Котлеты мясные 60 Рагу из овощей 100 Отвар шиповника 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10	Маринад овощной с томатом 40 Борщ с капустой и картофелем 150 Тефтели рыбные 60 Соус томатный 20 Картофельное пюре 100 Компот из изюма 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10	Горох консервированный отварной 40 Суп картофельный с макаронными изд. 150 Котлета куриная 60 Рис, припущенный с томатом 100 Сок 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10	Икра морковная 40 Рассольник ленинградский 150 Печень говяжья по-строгановски 60 Каша гречневая рассыпчатая 100 Компот из кураги 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10	Икра свекольная 40 Суп крестьянский с крупой 200 Биточки рыбные 60 Картофель отварной 100 Компот из изюма 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 10
Полдник				
Кондитерское изделие 30 Кисломолочный напиток 150	Булочка Молочная 50 Кисломолочный напиток 150	Пирожок печеный с морковью 50 Кисломолочный напиток 150	Булочка дорожная 50 Кисломолочный напиток 150	Кондитерское изделие 30 Молоко Кипяченое 150
Ужин				
Кукуруза отварная 40 Макароны отварные с маслом 100 Печень говяжья по – строгановски 60 Кисель плодово – ягодный 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20	Фрикадельки мясные 60 Капуста тушеная 100 Чай черный байховый с сахаром 150 Фрукт 95 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20	Гуляш мясной 60 Картофельное пюре 100 Чай черный байховый с лимоном и сахаром 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20	Рыба, тушенная в томате с овощами 60 Картофельное пюре 100 Кисель плодово-ягодный 150 Фрукт 95 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20	Тефтели мясные 60 Соус томатный 20 Запеканка капустная 100 Чай с сахаром 150 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20

Утверждаю:
Заведующий Цветкова Е.П.

Примерное цикличное меню для воспитанников дошкольных образовательных учреждений (с 3 до 7 лет)

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Завтрак				
Каша манная молочная жидкая 200 Яйцо вареное 40 Сыр твердый 15 Кофейный напиток с молоком 200 Хлеб ржано-пшеничный 10	Запеканка из творога 200 Соус молочный сладкий 20 Молоко кипяченое 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 10	Омлет с зеленым горошком 200 Чай с молоком 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 10	Суп молочный с макаронными изделиями 200 Яйцо вареное 40 Сыр твердый 15 Какао с молоком 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 10	Каша ячневая молочная 200 Кофейный напиток с молоком 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 10
Второй завтрак				
Сок 100	Фрукт 100	Сок 100	Фрукт 100	Сок 100
Обед				
Икра свекольная 50 Суп картофельный с бобовыми 200 Гуляш мясной 70 Картофельное пюре 120 Компот из смеси сухофруктов 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 20	Маринад овощной с томатом 50 Суп из овощей 200 Тефтели мясные 70 Соус томатный 20 Каша гречневая рассыпчатая120 Напиток витаминный 180 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 20	Икра морковная 50 Борщ с капустой и картофелем 200 Картофель тушенный с курицей 200 Отвар шиповника 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 20	Маринад овощной со свеклой 50 Рассольник ленинградский 200 Рыба, тушенная в томате с овощами 70 Картофельное пюре 120 Компот из изюма 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 20	Горошек зеленый консервированный отварной 50 Свекольник 200 Голубцы ленивые 70 Соус молочный 20 Картофель отварной 120 Напиток витаминный 180 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 20
Полдник				
Кондитерское изделие 30 Кисломолочный напиток 150	Сдоба обыкновенная 50 Кисломолочный напиток 150	Ватрушка с творогом 50 Кисломолочный напиток 150	Пирожок печеный с капустой 50 Кисломолочный напиток 150	Кондитерское изделие 30 Молоко кипяченое 150
Ужин				
Фрикадельки рыбные 60 Капуста тушеная 130 Чай черный байховый с сахаром 200 Фрукт 100 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20	Кукуруза отварная 50 Печень говяжья по-строгановски 80 Соус томатный 20 Макаронные изделия отварные 120 Чай черный байховый с лимоном и сахаром 200 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20	Рыбные хлебцы 60 Соус томатный 20 Каша пшенная рассыпчатая 120 Кисель плодово-ягодный 200 Фрукт 100 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20	Кнели из говядины 70 Капуста тушеная 130 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20	Тефтели рыбные 70 Соус томатный 20 Рис припущенный 120 Чай черный байховый с лимоном и сахаром 200 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20

Утверждаю:
Заведующий Цветкова Е.П.

Примерное цикличное меню для воспитанников дошкольных образовательных учреждений (с 3 до 7 лет)

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак				
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 200 Сыр твердый 15 Чай с молоком 200 Хлеб ржано-пшеничный 10	Запеканка из творога 200 Соус молочный сладкий 20 Молоко кипяченое 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 10	Омлет натуральный 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 10 Кофейный напиток с молоком 200	Каша "Дружба" 200 Сыр твердый 15 Чай с молоком 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 10	Омлет с зеленым горошком 200 Какао с молоком 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 10
Второй завтрак				
Фрукт 100	Сок 100	Фрукт 100	Сок. 100	Фрукт 100
Обед				
Икра свекольная 50 Щи из свежей капусты с картофелем 200 Котлеты мясные 70 Рагу из овощей 120 Отвар шиповника 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 20	Маринад овощной с томатом 50 Борщ с капустой и картофелем 200 Тефтели рыбные 70 Соус томатный 20 Картофельное пюре 120 Компот из изюма 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 20	Горох консервированный отварной 50 Суп картофельный с макаронными изд. 200 Котлета куриная 70 Рис, припущенный с томатом 120 Напиток витаминный 180 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 20	Икра морковная 50 Рассольник ленинградский 200 Печень говяжья по-строгановски 80 Каша гречневая рассыпчатая 120 Компот из кураги 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 20	Икра свекольная 50 Суп крестьянский с крупой 200 Биточки рыбные 70 Картофель отварной 120 Компот из изюма 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржано-пшеничный 20
Полдник				
Кондитерское изделие 50 Кисломолочный напиток 150	Булочка молочная 60 Кисломолочный напиток 150	Пирожок печеный с морковью 60 Кисломолочный напиток 150	Булочка дорожная 60 Кисломолочный напиток 150	Кондитерское изделие 50 Молоко кипяченое 150
Ужин				
Кукуруза отварная 50 Макароны отварные с маслом 120 Печень говяжья по – строгановски 80 Кисель плодово – ягодный 200 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20	Фрикадельки мясные 70 Капуста тушеная 130 Чай с сахаром 200 Фрукт 100 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20	Сельдь с луком 50 Гуляш мясной 70 Картофельное пюре 120 Чай черный байховый с лимоном и сахаром 200 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20	Рыба, тушенная в томате с овощами 70 Картофельное пюре 120 Кисель плодово-ягодный 200 Фрукт 100 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20	Тефтели мясные 70 Соус томатный 20 Запеканка Капустная 130 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 20 Хлеб ржано-пшеничный 20