УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МДОУ "Детский сад общеразвивающего вида № 12 "Голубок"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00A2CEBB695FCC3B8F8F6DD408B4598B27
Владелец: Дурягина Елена Александровна
Действителен: с 18.02.2026 до 14.05.2027

ЗИМА-ВЕСНА
МЕНЮ

Сад 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША ОВСЯНАЯ НА СУХОМ МОЛОКЕ 180	КАША "ДРУЖБА" 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 170	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ 180	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ 170	КАША ЯЧНЕВАЯ НА СУХОМ МОЛОКЕ 180	КАША "АРТЕКОВСКАЯ" 180	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ 170	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 170	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ 170
КАША ОВСЯНАЯ (аллергики) 180	КАША "ДРУЖБА" (аллергики) 180	КАША "ДРУЖБА" (аллергики) 180	КАША МАННАЯ (аллергики) 180	КАША ПШЕННАЯ (аллергики) 180	КАША ЯЧНЕВАЯ (аллергики) 180	КАША "АРТЕКОВСКАЯ" (аллергики) 180	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) 170	КАША "ДРУЖБА" (аллергики) 170	КАША ПШЕНИЧНАЯ (аллергики) 180
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ и СЫРОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ и СЫРОМ 45	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ и СЫРОМ 45	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 38	ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК 25	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩ МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЁНЫМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩ МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩ МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЁНЫМ 180	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35	КАКАО С МОЛОКОМ 180
	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180		ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩ МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180
								ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180	
II Завтрак									
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100
ВАФЛИ 12	ПЕЧЕНЬЕ 15		ВАФЛИ 12	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) 100	ПЕЧЕНЬЕ 15	ВАФЛИ 12	ПЕЧЕНЬЕ 15	ВАФЛИ 12	
				МАРМЕЛАД 30					
Обед									
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ 50	САЛАТ ЧАЙКА 50	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЁНЫМ ОГУРЦОМ 50	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ 180/12	САЛАТ ЗАРЯ 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 180/12	САЛАТИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ 50	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 180/10	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 50
СУП ГОРОХОВЫЙ 180	БОРЩ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 180/10	СУП ПОЛЕВОЙ СО СМЕТАНОЙ 180/10	КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ) 70	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ 180	РИС ОТВАРНОЙ 150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ 180	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) СО СМЕТАНОЙ 180/11
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	РИС ОТВАРНОЙ 130	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 130	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 140	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ 180/40	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ 70	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ(ПАРОВОЙ) 70	ГРЕЧА ОТВАРНАЯ 150	ЗАПЕКАНКА КАПУСТНО-КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРОЙ С СОУСОМ 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ 70/40	КОТЛЕТА МЯСНАЯ 70	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ 70	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	КИСЕЛЬ ИЗ ВИШНИ 180	ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 35/35	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ 180	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 70/50
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ 180	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ 180	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ 180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 180
ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (аллергики) 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (аллергики) 180		ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (аллергики) 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45		ХЛЕБ РЖАНОЙ 45
	ХЛЕБ РЖАНОЙ 35		ХЛЕБ РЖАНОЙ 45			ХЛЕБ РЖАНОЙ 45			
Уплотнённый полдник									
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ 150	РЫБНО-КАРТОФЕЛЬНАЯ КОТЛЕТА С СОУСОМ 140/40	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛОМ 80	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МУКОЙ 150	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ 170	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	РЫБА ОТВАРНАЯ,ЗАПЕЧЁНАЯ ПОД ОМЛЕТОМ 150	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 170	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 70	БУЛОЧКА СЫРНАЯ 60
ПЮРЕ ИЗ ЯБЛОК 120	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 160	ПЮРЕ ИЗ ЯБЛОК 120	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 70	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ 30	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 50	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С РЫБОЙ С СОУСОМ 150/30	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ) 150
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	МОЛОКО СГУЩЁНОЕ 30
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	СНЕЖОК 180	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	СНЕЖОК 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180	АПЕЛЬСИН 100	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180
	БАНАН 100			ЯБЛОКО (аллергики) 100	ЯБЛОКО 100	БАНАН 100	АПЕЛЬСИН 100		ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180
							ЯБЛОКО (аллергики) 100		