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

# ЛЕТО-ОСЕНЬ
# 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 200 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ 180 | КАША "АРТЕКОВСКАЯ" 180 | КАША "ДРУЖБА" 180 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 170 | КАША ЯЧНЕВАЯ НА СУХОМ МОЛОКЕ 200 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ 180 | КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ 180 | ОМЛЕТ С СЫРОМ 170 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ 180 |
| КАША ОВСЯНАЯ (аллергики) 200 | КАША ПШЕНИЧНАЯ (аллергетики) 180 | КАША "АРТЕКОВСКАЯ" (аллергики) 180 | КАША "ДРУЖБА" (аллергики) 180 | КАША "ДРУЖБА" (аллергики) 170 | КАША ЯЧНЕВАЯ (аллергики) 200 | КАША ПШЕННАЯ (аллергики) 180 | КАША КУКУРУЗНАЯ (аллергики) 180 | КАША "ДРУЖБА" (аллергики) 180 | КАША МАННАЯ (аллергики) 180 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ и СЫРОМ 42 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 40 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 40 | ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК 20 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ и СЫРОМ 42 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 40 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 40 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩ МОЛОКОМ 180 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ 180 | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЁННЫМ 180 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩ МОЛОКОМ 180 | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЁНЫМ 180 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 180 | КАКАО С МОЛОКОМ 180 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180 | 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 | | | | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 120 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100 |
| ПЕЧЕНЬЕ 12 | ВАФЛИ 11 | ПЕЧЕНЬЕ 12 | ВАФЛИ 11 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) 120 | ПЕЧЕНЬЕ 12 | ВАФЛИ 11 | ПЕЧЕНЬЕ 12 | ВАФЛИ 11 | ПЕЧЕНЬЕ 12 |
| | | | | МАРМЕЛАД 25 | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ 180/8 | БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 180/9 | САЛАТ ЗАРЯ 50 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ 50 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ 180 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ 50 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ 180/8 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ СО СМЕТАНОЙ 180/8 | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЁНЫМ ОГУРЦОМ 50 | САЛАТ РОЗОВЫЙ 50 |
| РИС ОТВАРНОЙ 150 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150 | СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 180/8 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 180/8 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ 180/8 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ С СОУСОМ 200/40 | ПЮРЕ МОРКОВНО-КАРТОФЕЛЬНОЕ 130 | СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ 180/8 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ 180 |
| ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 70 | ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) 70 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРОЙ 200 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130 | ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ 70 | РИС ОТВАРНОЙ 150 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50 | ЁЖИКИ В ТОМАТНО-СМЕТАННОМ СОУСЕ 70/40 | КАПУСТА ТУШЁНАЯ С КУРОЙ 200 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130 |
| ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ 50 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50 | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 180 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 70 | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 50 | РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ 70/40 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 180 | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 50 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180 | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 70 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ 180 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 45 | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ 180 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180 | КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ 180 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 45 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ 180 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 45 | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 180 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ 45 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (аллергики) 180 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (аллергики) 180 | | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (аллергики) 180 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ 45 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ 45 | | | | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ 45 | | |
| **Уплотнённый полдник** | | | | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МАННОЙ КРУПОЙ 190 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ 150 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 130 | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" 80 | СДОБА ДЕТСКАЯ 80 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ) 190 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 150 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 60 | СУФЛЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ И МОРКОВИ С СОУСОМ 150/40 | БУЛОЧКА (ВИТЬБА) С МАКОМ 60 |
| ПЮРЕ ИЗ ЯБЛОК 100 | СВЕКЛА (ПОРЦИЯМИ) 30 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 70 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 130 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 150 | ПЮРЕ ИЗ ЯБЛОК 90 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 25 | САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" 130 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 60 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 110 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 60 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ 180 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 180 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 180 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 180 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 180 | СНЕЖОК 180 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 180 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 |
| 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 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 180 |
| | БАНАН 100 | АПЕЛЬСИН 100 | ЯБЛОКО 100 | | | БАНАН 100 | ЯБЛОКО 100 | | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) 180 |
| | | ЯБЛОКО (аллергики) 100 | | | | | | | |