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

## Ясли 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 170 | КАША "ДРУЖБА" 150 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ 150 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ 150 | КАША ЯЧНЕВАЯ НА СУХОМ МОЛОКЕ 150 | КАША "АРТЕКОВСКАЯ" 150 | СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ 170 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ 150 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ и СЫРОМ 40 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ и СЫРОМ 40 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 38 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ и СЫРОМ 40 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 38 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35 | ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК 20 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 150 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩ МОЛОКОМ 150 | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЁНЫМ 150 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150 | КАКАО С МОЛОКОМ 150 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 150 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩ МОЛОКОМ 150 | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЁНЫМ 150 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35 | КАКАО С МОЛОКОМ 150 |
| | | | | | | | | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150 | |
| **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 7 | ПЕЧЕНЬЕ 7 | | ВАФЛИ 7 | МАРМЕЛАД 15 | ПЕЧЕНЬЕ 7 | ВАФЛИ 7 | ПЕЧЕНЬЕ 7 | ВАФЛИ 7 | |
| **Обед** | | | | | | | | | |
| СУП ГОРОХОВЫЙ 150 | БОРЩ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 150/8 | СУП ПОЛЕВОЙ СО СМЕТАНОЙ 150/8 | РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ 150/9 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ 150 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150 | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 150/9 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ 150 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 150/8 | ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) СО СМЕТАНОЙ 150/10 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110 | РИС ОТВАРНОЙ 110 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 130 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 150 | РИС ОТВАРНОЙ 110 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130 | ГРЕЧА ОТВАРНАЯ 110 | ЗАПЕКАНКА КАПУСТНО-КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРОЙ С СОУСОМ 170/30 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120 |
| БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ 50/40 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ 50 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ 50 | КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ) 50 | СВЕКЛА (ПОРЦИЯМИ) 40 | РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ 60 | РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ(ПАРОВОЙ) 60 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 25/25 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 30 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 60/40 |
| МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ 40 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40 | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 40 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40 | КИСЕЛЬ ИЗ ВИШНИ 150 | МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ 40 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40 | СВЕКЛА (ПОРЦИЯМИ) 40 | НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ 150 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 150 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ 150 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 150 | КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ 150 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 35 | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ 150 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ 150 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 35 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 150 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ 35 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 35 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 35 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 35 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ 35 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 35 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 35 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ 35 |
| **Уплотнённый полдник** | | | | | | | | | |
| СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ 120 | РЫБНО-КАРТОФЕЛЬНАЯ КОТЛЕТА 120 | ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛОМ 80 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МУКОЙ 130 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ 130 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110 | РЫБА ОТВАРНАЯ,ЗАПЕЧЁНАЯ ПОД ОМЛЕТОМ 110 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 130 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 80 | БУЛОЧКА СЫРНАЯ 60 |
| ПЮРЕ ИЗ ЯБЛОК 100 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 150 | ПЮРЕ ИЗ ЯБЛОК 100 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25 | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 50 | МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ 30 | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 30 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С РЫБОЙ С СОУСОМ 140/30 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ) 110 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 150 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15 | МОЛОКО СГУЩЁНОЕ 30 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ 150 | ЧАЙ С САХАРОМ 150 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150 | МАНДАРИН 95 | ЧАЙ С САХАРОМ 150 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 150 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 150 | ЧАЙ С САХАРОМ 150 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15 |
| | БАНАН 95 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 150 | | | ЯБЛОКО 95 | БАНАН 95 | МАНДАРИН 95 | | ЧАЙ С МОЛОКОМ 150 |