

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий ПБДОУ №64
Приказ №144 от 25.12.2025
Е.В.Тимофеева



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									
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ 150	КАША ОВСЯНАЯ ТЕРКУЛЕС* ЖИДКАЯ 150	ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ 200	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗЯЧНЕВОЙ КРУПЫ 150	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ВЯЖАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАТОЙ 150	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 150	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ 200	КАША ПШЕННАЯ СТЫКОВОЙ 150	КАША "ДРУЖБА" 150
ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 193/7	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 193/7	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180
	УЛЕЛЬСИН СВЕЖИЙ 100	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30	ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ 100	МАНДАРИН СВЕЖИЙ 100	ГРУША СВЕЖАЯ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	МАНДАРИН СВЕЖИЙ 100
	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 100								
II Завтрак									
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ 200	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ 200	КЕФИР 2,5% ЖИРНОСТИ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ 200	РАЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ 200	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ ПИТЬЕВОЙ 200	КЕФИР 2,5% ЖИРНОСТИ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ 200
Обед									
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕННЫМ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 50	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА) 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО) 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 50	СЕЛЬДЬ СКАРТОФЕЛЕМ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ СЫРОМ 50	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 50
БУЛЖОН С ГРЕНКАМИ, КУЧОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 170/10/20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 190/10/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 180/15/5	БОРЩ СВАРЖСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 175/15/10	РАССОЛЫННИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 180/10/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 180/20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 170/30/1	БОЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА 180/10/10	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА 180/10/10	СВЕКОЛЫННИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА 180/8/12
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ 70	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 220	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ 70/25	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200	КОТЛЕТКА РУБЦЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ 80	СУФЛЕ КУРИНОЕ 70	ЗРАДЫ РУБЦЕНАЯ (ИЗ ГОВЯДИНЫ) 70	КОТЛЕТКА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ 70	РЫТОЧКИ ПАРОВАЯ 70
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 130	НАПИТОК ИЗ КУРАТА 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	НАПИТОК ИЗ КЛОКОВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ 180	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ГУШЕНЬЯ В СОУСЕ 150	*КАВАЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ 130	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 140	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ 200	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	НАПИТОК ИЗ КЛОКОВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ 180	КОМПЛОТ ИЗ ЯЗЫОМА 200	КОМПЛОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА 180	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 180/10	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ 200	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 180/10
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15
Полдник									
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 180	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ 70	ГУЛЫШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 70	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ 70	РАТУ ИЗ ПТИЦЫ 200	КОТЛЕТКА РЫБНАЯ 70	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ 50	СУФЛЕ РЫБНОЕ 70	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 200

**СОК АБРИКОСОВЫЙ 180	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ 150	*КАБАЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 135	ПОРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА БИЧ, БРЮКВА) 130	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 1977	КАРТОФЕЛЬ ОТВАННОЙ 140	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 200	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД СОУСОМ 130	ГОЛУБИЦА ЛЕНИВЫЕ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 40	**СОК ПЕРСИКОВЫЙ 180	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА 180	КОМПЛОТ ИЗ КУРАГИ 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА (СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ) 180	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ 180	КОМПЛОТ ИЗ ИЗЮМА 180	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАН НЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА 180	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25
	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ 60	СЮДА ОВЫКНОВЕННАЯ 60	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ВАТРУШКА СТВОРОТОМ 60
	ПЕЧЕНЬЕ 21	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 60	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БУЛОЧКА РОЗОВАЯ 55	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ 60	
					ПРЯНИКИ 30				

* - Замена сезонного продукта в соответствии с рекомендациями по замене продуктов с учетом пищевой ценности (СП 2.3/2.4.3590-20. Приложение 11)

** - Сок в ассортименте (фруктовый)