



МУНИЦИПАЛЬНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«РЕЧКАЛОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД»

10-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Свердловская
область
Ирбитский район
деревня Речкалова
ул. Школьная 6

Телефон:
8(343)55 5-17-41

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МДОУ «Речкаловский детский сад»

О.В.Боярникова

Приказ № 19/1 - ОД от «27» февраля 2020г



День: День 1

Категория: Дети 3-7 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюд)
ЗАВТРАК			
26	2004	Каша геркулесовая молочная	200
1	2004	Кофейный напиток с молоком	200
18	2005	Бутерброд (хлеб ржаной с маслом)	45
Итого за прием пищи:			
ЗАВТРАК 2			
62	2011	Сок абрикосовый	130
Итого за прием пищи:			
ОБЕД			
15	2004	Салат из свежей капусты с растительным маслом	60
39	2011	Суп овощной со сметаной и курой	200
47	2004	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	130
42	2004	Гуляш из мяса говядины	70
12	2004	Компот из сухофруктов	200
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	60
Итого за прием пищи:			
ПОЛДНИК			
64	2012	Пряник	30
2	2004	Молоко кипяченое	200
63	2012	Груша	130

День: День 2
Категория: Дети 3-7 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции г (выход блюд)
		ЗАВТРАК	
21	2004	Каша ячневая молочная	200
4	2004	Какао с молоком	200
19	2005	Бутерброд (хлеб ржаной с сыром)	52
Итого за прием пищи:			
		ЗАВТРАК 2	
63	2012	Яблоко	130
Итого за прием пищи:			
		ОБЕД	
16	2007	Салат из свежих огурцов с репчатым луком и растительным маслом	60
31	2004	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом птицы	200
51	2005	Рыба, тушенная в сметанном соусе	100
40	2004	Картофельное пюре	150
13	2004	Компот из свежих фруктов (груша)	200
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	60
Итого за прием пищи:			
		ПОЛДНИК	
61	2004	Булочка домашняя	60
7	2004	Чай с лимоном	200

В соответствии с 10- дневным меню
 Утвержденного заведующим МДОУ
 «Речкаловский детский сад»
 Боярниковой О.В. приказ № 19/1- Од
 От «27» февраля 2020г.

День: День 3
Категория: Дети 3-7 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюд)
		ЗАВТРАК	
25	2005	Каша рисовая молочная	200
8	2004	Чай с молоком	200
18	2005	Бутерброд (хлеб ржаной с маслом)	45
		ЗАВТРАК 2	
62	2011	Сок виноградный	130
		ОБЕД	
17	2007	Салат из свежих помидоров с репчатым луком и растительным маслом	60
35	2004	Суп крестьянский с ячневой крупой, с куриным мясом и со сметаной	200
54	2011	Рулет мясной со спагетти	180
29	2005	Соус красный основной	50
13	2004	Компот из свежих фруктов (яблоко)	200
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	60
		ПОЛДНИК	
73	2004	Кисель витаминизированный	200
60	2005	«Гребешок» из дрожжевого теста	60

В соответствии с 10- дневным меню
 Утвержденного заведующим МДОУ
 «Речкаловский детский сад»
 Боярниковой О.В. приказ № 19/1- ОД
 От «27» февраля 2020г.

День: День 4

Категория: Дети 3-7 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюд)
ЗАВТРАК			
28	2004	Запеканка творожная с молочным соусом	140/50
1	2004	Кофейный напиток с молоком	200
69	2008	Хлеб ржаной	40
Итого за прием пищи:			
ЗАВТРАК 2			
63	2012	Груша	130
Итого за прием пищи:			
ОБЕД			
34	2004	Рассольник петербургский, на курином бульоне и со сметаной	200
50	2004	Рагу из овощей с мясом	250
12	2004	Компот из сухофруктов	200
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	60
Итого за прием пищи:			
ПОЛДНИК			
11	2004	Напиток витаминизированный	200
33	2004	Омлет с зеленым горошком	90

В соответствии с 10- дневным меню
 Утвержденного заведующим МДОУ
 «Речкаловский детский сад»
 Боярниковой О.В. приказ № 19/1- Од
 От «27» февраля 2020г.

День: День 5
Категория: Дети 3-7 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюд)
		ЗАВТРАК	
20	2004	Каша вязкая молочная «Дружба»	200
4	2004	Какао с молоком	200
19	2005	Бутерброд (хлеб ржаной с сыром)	52
Итого за прием пищи:			
		ЗАВТРАК 2	
63	2012	Сок яблочный	130
Итого за прием пищи:			
		ОБЕД	
16	2007	Салат из свежих огурцов с репчатым луком и растительным маслом	60
32	2004	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	200
55	2004	Жаркое по-домашнему	200
3	2004	Чай с сахаром	200
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	60
Итого за прием пищи:			
		ПОЛДНИК	
6	2004	Кисломолочный продукт	170
66	2012	Печенье	45

День: День 6
Категория: Дети 3-7 лет

№ рец.	Сборник рецептов	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюд)
		ЗАВТРАК	
24	2004	Каша пшенная молочная	200
8	2004	Чай с молоком	200
18	2005	Бутерброд (хлеб ржаной с маслом)	45
Итого за прием пищи:			
		ЗАВТРАК 2	
62	2011	Сок абрикосовый	130
Итого за прием пищи:			
		ОБЕД	
38	2011	Борщ с капустой и картофелем	200
46	2004	Рис отварной с овощами	150
44	2004	Котлеты из говядины	60
29	2005	Соус красный основной	50
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	60
9	2008	Напиток лимонный	200
Итого за прием пищи:			
		ПОЛДНИК	
58	2004	Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофельным фаршем	70
10	2004	Напиток из шиповника	200

День: День 7
Категория: Дети 3-7 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюд)
ЗАВТРАК			
70	2004	Суп - пюре картофельный	200
1	2004	Кофейный напиток с молоком	200
71	2012	Гренки из пшеничного хлеба	40
Итого за прием пищи:			
ЗАВТРАК 2			
63	2012	Банан	100
Итого за прием пищи:			
ОБЕД			
14	2004	Салат из отварной свеклы с чесноком	60
30	2004	Суп картофельный с бобовыми, с мясом птицы	200
48	2004	Запеканка овощная	100
41	2004	Котлета рыбная	80
29	2005	Соус красный основной	50
13	2004	Компот из свежих фруктов (груша)	200
69	2008	Хлеб ржаной	40
Итого за прием пищи:			
ПОЛДНИК			
59	2004	Коржик молочный	40
2	2004	Молоко кипяченое	200

День: День 8
Категория: Дети 3-7 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюд)
		ЗАВТРАК	
22	2004	Каша манная молочная	200
4	2004	Какао с молоком	200
19	2005	Бутерброд (хлеб ржаной с сыром)	52
Итого за прием пищи:			
		ЗАВТРАК 2	
63	2012	Груша	130
Итого за прием пищи:			
		ОБЕД	
34	2004	Рассольник петербургский, на курином бульоне и со сметаной	200
45	2004	Капуста, тушенная с мясом	220
13	2004	Компот из свежих фруктов (яблоко)	200
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	60
Итого за прием пищи:			
		ПОЛДНИК	
57	2004	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	70
62	2011	Сок виноградный	130

День: День 9
Категория: Дети 3-7 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюд)
		ЗАВТРАК	
68	2005	Яйца вареные	40
23	2004	Суп молочный с макаронными изделиями	200
8	2004	Чай с молоком	200
18	2005	Бутерброд (хлеб ржаной с маслом)	45
Итого за прием пищи:			
		ЗАВТРАК 2	
62	2011	Сок виноградный	130
Итого за прием пищи:			
		ОБЕД	
36	2010	Свекольник с курой и со сметаной	200
72	2004	Запеканка творожно - рисовая с молочным соусом	160/50
10	2004	Напиток из шиповника	200
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	60
Итого за прием пищи:			
		ПОЛДНИК	
6	2004	Кисломолочный продукт	170
64	2012	Пряник	30

День: День 10
Категория: Дети 3-7 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюдо)
ЗАВТРАК			
56	2011	Каша гречневая молочная	200
1	2004	Кофейный напиток с молоком	200
19	2005	Бутерброд (хлеб ржаной с сыром)	55
Итого за прием пищи:			
ЗАВТРАК 2			
62	2011	Сок яблочный	130
Итого за прием пищи:			
ОБЕД			
37	2011	Щи из свежей капусты с картофелем	200
49	2004	Икра кабачковая (промышленного производства)	60
53	2011	Плов из мяса говядины	180
7	2004	Чай с лимоном	200
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	60
Итого за прием пищи:			
ПОЛДНИК			
2	2004	Молоко кипяченое	200
65	2012	Вафли	45

В соответствии с 10- дневным меню
 Утвержденного заведующим МДОУ
 «Речкаловский детский сад»
 Боярниковой О.В. приказ № 19/1- ОД
 От «27» февраля 2020г.

День: День 1
Категория: Дети 1-3 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюда)
		ЗАВТРАК	
26	2004	Каша геркулесовая молочная	150
1	2004	Кофейный напиток с молоком	150
18	2005	Бутерброд (хлеб ржаной с маслом)	34
Итого за прием пищи:			
		ЗАВТРАК 2	
62	2011	Сок абрикосовый	100
Итого за прием пищи:			
		ОБЕД	
15	2004	Салат из свежей капусты с растительным маслом	40
39	2011	Суп овощной со сметаной и курой	150
47	2004	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	100
42	2004	Гуляш из мяса говядины	50
12	2004	Компот из сухофруктов	150
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	45
Итого за прием пищи:			
		ПОЛДНИК	
64	2012	Пряник	13
2	2004	Молоко кипяченое	150
63	2012	Груша	100

В соответствии с 10- дневным меню
 Утвержденного заведующим МДОУ
 «Речкаловский детский сад»
 Боярниковой О.В. приказ № 19/1- ОД
 От «27» февраля 2020г.

День: День 2
Категория: Дети 1-3 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюд)
		ЗАВТРАК	
21	2004	Каша ячневая молочная	150
4	2004	Какао с молоком	150
19	2005	Бутерброд (хлеб ржаной с сыром)	37
Итого за прием пищи:			
		ЗАВТРАК 2	
63		Яблоко	100
Итого за прием пищи:			
		ОБЕД	
16	2007	Салат из свежих огурцов с репчатым луком и растительным маслом	40
31	2004	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом птицы	150
51	2005	Рыба, тушенная в сметанном соусе	80
40	2004	Картофельное пюре	120
13	2004	Компот из свежих фруктов (груша)	150
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	45
Итого за прием пищи:			
		ПОЛДНИК	
61	2004	Булочка домашняя	45
7	2004	Чай с лимоном	150

В соответствии с 10- дневным меню
 Утвержденного заведующим МДОУ
 «Речкаловский детский сад»
 Боярниковой О.В. приказ № 19/1- ОД
 От «27» февраля 2020г.

День: День 3
Категория: Дети 1-3 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюда)
		ЗАВТРАК	
25	2005	Каша рисовая молочная	150
8	2004	Чай с молоком	150
18	2005	Бутерброд (хлеб ржаной с маслом)	34
Итого за прием пищи:			
		ЗАВТРАК 2	
62	2011	Сок виноградный	100
Итого за прием пищи:			
		ОБЕД	
17	2007	Салат из свежих помидоров с репчатым луком и растительным маслом	40
35	2004	Суп крестьянский с ячневой крупой, с куриным мясом и со сметаной	150
54	2011	Рулет мясной со спагетти	130
29	2005	Соус красный основной	35
13	2004	Компот из свежих фруктов (яблоко)	150
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	45
Итого за прием пищи:			
		ПОЛДНИК	
5	2004	Кисель	150
60	2005	«Гребешок» из дрожжевого теста	45

В соответствии с 10- дневным меню
 Утвержденного заведующим МДОУ
 «Речкаловский детский сад»
 Боярниковой О.В. приказ № 19/1- Од
 От «27» февраля 2020г.

День: День 4

Категория: Дети 1-3 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюда)
		ЗАВТРАК	
28	2004	Запеканка творожная с молочным соусом	120/50
1	2004	Кофейный напиток с молоком	150
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	45
Итого за прием пищи:			
		ЗАВТРАК 2	
63	2012	Груша	100
Итого за прием пищи:			
		ОБЕД	
34	2004	Рассольник петербургский, на курином бульоне и со сметаной	150
50	2004	Рагу из овощей с мясом	200
12	2004	Компот из сухофруктов	150
69	2008	Хлеб ржаной	30
Итого за прием пищи:			
		ПОЛДНИК	
62	2011	Сок абрикосовый	130
33	2004	Омлет с зеленым горошком	70

В соответствии с 10- дневным меню
 Утвержденного заведующим МДОУ
 «Речкаловский детский сад»
 Боярниковой О.В. приказ № 19/1- ОД
 От «27» февраля 2020г.

День: День 5

Категория: Дети 1-3 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюда)
		ЗАВТРАК	
20	2004	Каша вязкая молочная «Дружба»	150
4	2004	Какао с молоком	150
19	2005	Бутерброд (хлеб ржаной с сыром)	37
Итого за прием пищи:			
		ЗАВТРАК 2	
62	2011	Сок яблочный	100
Итого за прием пищи:			
		ОБЕД	
16	2007	Салат из свежих огурцов с репчатым луком и растительным маслом	40
32	2004	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	150
55	2004	Жаркое по-домашнему	150
3	2004	Чай с сахаром	150
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	45
Итого за прием пищи:			
		ПОЛДНИК	
6	2004	Кисломолочный продукт	140
66	2012	Печенье	13

В соответствии с 10- дневным меню
 Утвержденного заведующим МДОУ
 «Речкаловский детский сад»
 Боярниковой О.В. приказ № 19/1- ОД
 От «27» февраля 2020г.

День: День 6

Категория: Дети 1-3 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюду)
		ЗАВТРАК	
24	2004	Каша пшенная молочная	150
8	2004	Чай с молоком	150
18	2005	Бутерброд (хлеб ржаной с маслом)	34
Итого за прием пищи:			
		ЗАВТРАК 2	
62	2011	Сок абрикосовый	100
Итого за прием пищи:			
		ОБЕД	
38	2011	Борщ с капустой и картофелем	150
46	2004	Рис отварной с овощами	100
44	2004	Котлеты из говядины	50
29	2005	Соус красный основной	35
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	45
9	2008	Напиток лимонный	150
Итого за прием пищи:			
		ПОЛДНИК	
58	2004	Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофельным фаршем	50
10	2004	Напиток из шиповника	150

В соответствии с 10- дневным меню
 Утвержденного заведующим МДОУ
 «Речкаловский детский сад»
 Боярниковой О.В. приказ № 19/1- ОД
 От «27» февраля 2020г.

День: День 7
Категория: Дети 1-3 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюда)
		ЗАВТРАК	
70	2004	Суп пюре картофельный	150
1	2004	Кофейный напиток с молоком	150
71	2012	Гренки из пшеничного хлеба	20
Итого за прием пищи:			
		ЗАВТРАК 2	
63	2012	Банан	70
Итого за прием пищи:			
		ОБЕД	
14	2004	Салат из отварной свеклы с чесноком	45
30	2004	Суп картофельный с бобовыми, с мясом птицы	150
48	2004	Запеканка овощная	70
41	2004	Котлета рыбная	70
29	2005	Соус красный основной	35
13	2004	Компот из свежих фруктов (груша)	150
69	2008	Хлеб ржаной	30
Итого за прием пищи:			
		ПОЛДНИК	
59	2004	Коржик молочный	30
2	2004	Молоко кипяченое	150

В соответствии с 10- дневным меню
 Утвержденного заведующим МДОУ
 «Речкаловский детский сад»
 Боярниковой О.В. приказ № 19/1- ОД
 От «27» февраля 2020г.

День: День 8
Категория: Дети 1-3 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюда)
		ЗАВТРАК	
22	2004	Каша вязкая манная молочная	150
4	2004	Какао с молоком	150
19	2005	Бутерброд (хлеб ржаной с сыром)	37
Итого за прием пищи:			
		ЗАВТРАК 2	
63	2012	Груша	100
Итого за прием пищи:			
		ОБЕД	
34	2004	Рассольник петербургский, на курином бульоне и со сметаной	150
45	2004	Капуста, тушенная с мясом	180
13	2004	Компот из свежих фруктов (яблоко)	150
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	45
Итого за прием пищи:			
		ПОЛДНИК	
57	2004	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	60
3	2004	Чай с сахаром	150

В соответствии с 10- дневным меню
 Утвержденного заведующим МДОУ
 «Речкаловский детский сад»
 Боярниковой О.В. приказ № 19/1- ОД
 От «27» февраля 2020г.

День: День 9

Категория: Дети 1-3 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюда)
		ЗАВТРАК	
68	2005	Яйца вареные	40
23	2004	Суп молочный с макаронными изделиями	150
8	2004	Чай с молоком	150
18	2005	Бутерброд (хлеб ржаной с маслом)	34
Итого за прием пищи:			
		ЗАВТРАК 2	
62	2011	Сок виноградный	100
Итого за прием пищи:			
		ОБЕД	
36	2010	Свекольник с курой и со сметаной	150
72	2004	Запеканка творожно - рисовая с молочным соусом	140/40
10	2004	Напиток из шиповника	150
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	45
Итого за прием пищи:			
		ПОЛДНИК	
6	2004	Кисломолочный продукт	140
64	2012	Пряник	13
63	2012	Яблоко	100

В соответствии с 10- дневным меню
 Утвержденного заведующим МДОУ
 «Речкаловский детский сад»
 Боярниковой О.В. приказ № 19/1- ОД
 От «27» февраля 2020г.

День: День 10
Категория: Дети 1-3 лет

№ рец.	Сборник рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г (выход блюда)
ЗАВТРАК			
56	2011	Каша гречневая молочная	150
1	2004	Кофейный напиток с молоком	150
19	2005	Бутерброд (хлеб ржаной с сыром)	39
Итого за прием пищи:			
ЗАВТРАК 2			
62	2011	Сок яблочный	100
Итого за прием пищи:			
ОБЕД			
37	2011	Щи из свежей капусты с картофелем	150
49	2004	Икра кабачковая (промышленного производства)	40
53	2011	Плов из мяса говядины	130
7	2004	Чай с лимоном	150
67	2011	Хлеб пшеничный витаминизированный	45
Итого за прием пищи:			
ПОЛДНИК			
2	2004	Молоко кипяченое	150
65	2012	Вафли	13