



«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий ГБДОУ д/с №17
Кировского района Санкт – Петербурга
/ Бабова Ю.Н.
Приказ №52 от 18.03.2021

Циклическое десятидневное меню
для организации питания детей в возрасте от 1 до 3 лет, посещающих дошкольное образовательное учреждение
с 12-часовым режимом функционирования

День	Завтрак	2й завтрак	Обед	Полдник	Хим. состав
День 1	1. Каша пшеничная жидкая 130 2. Бутерброд с маслом 25 3. Кофейный напиток с молоком 150	1. Йогурт в инд. упаковке 125	1. Суп картофельный с клецками и говядиной и зеленью петрушки 150/5/10 2. Рыба запеченная в омлете 50 3. Картофельное пюре с морковью 100 4. Огурец свежий 45 5. Сок персиковый 150 6. Хлеб ржаной 20 7. Батон 20	1. Макароны изделия отварные 100 2. Фрикадельки из птицы 50 3. Пирожки печеные с капустой 50 4. Чай с молоком и сахаром 180 5. Хлеб ржаной 20 6. Яблоко свежее 70	Б: 55,538 (46,9%) Ж: 46,785 (10,6%) У: 226,196 (23,8%) К: 1553,692 (23,3%)
День 2	1. Каша рисовая жидкая 130 2. Бутерброд с сыром 30 3. Какао с молоком 180	1. Йогурт в инд. упаковке 125	1. Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки 150/5/10 2. Салат из свеклы 40 3. Печень по-строгановски 50/30 4. Каша гречневая рассыпчатая 90 5. Компот из изюма 150 6. Хлеб ржаной 20 7. Батон 20	1. Винегрет овощной. 50 2. Шницель рыбный натуральный 50 3. Пюре картофельное 100 4. Напиток из плодов шиповника 150 5. Булочка "творожная" 50 6. Хлеб ржаной 20 7. Груша свежая 70	Б: 60,546 (60,2%) Ж: 52,845 (24,9%) У: 227,519 (24,5%) К: 1644,917 (30,5%)
День 3	1. Салат из горошка зеленого консервированного 25 2. Омлет натуральный 100 3. Бутерброд с маслом 30 4. Чай с молоком и сахаром 180	1. Йогурт в инд. упаковке 125	1. Борщ с капустой и картофелем, говядиной, сметаной и зеленью петрушки 150/10/10 2. Плов из птицы 120 3. Огурец свежий 45 4. Сок абрикосовый 150 5. Хлеб ржаной 20 6. Батон 20	1. Голубцы ленивые 140 2. Компот из свежих плодов 150 3. Хлеб ржаной 20 4. Банан свежий 65	Б: 48,562 (28,5%) Ж: 55,252 (30,6%) У: 165,523 (9,4%) К: 1352,667 (7,4%)

День 4	1. Каша манная жидкая 130 2. Бутерброд с маслом 30 3. Кофейный напиток с молоком 150	1. Йогурт в инд. упаковке 125	1. Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью петрушки 150/10/5 2. Салат картофельный 30 3. Пудинг рыбный запеченный 65 4. Рагу овощное (1-й вариант) 100 5. Сок яблочный 150 6. Хлеб ржаной 20 7. Батон 20	1. Запеканка из творога с джемом 100/20 2. Молоко кипяченое 150 3. Печенье 25 4. Груша свежая 70	Б: 59,236 (56,7%) Ж: 48,345 (14,3%) У: 183,002 (0,2%) К: 1440,562 (14,3%)
День 5	1. Каша "дружба" 130 2. Бутерброд с сыром 30 3. Чай с молоком и сахаром 180	1. Йогурт в инд. упаковке 125	1. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной 150/10/10 2. Запеканка картофельная с мясом 130 3. Огурец свежий 45 4. Напиток клюквенный 150 5. Хлеб ржаной 20 6. Батон 20	1. Макароны изделия отварные 100 2. Яйцо вареное 20 3. Ватрушка с творогом и изюмом 50 4. Помидор свежий 50 5. Сок персиковый 150 6. Хлеб ржаной 20 7. Банан свежий 65	Б: 49,444 (30,8%) Ж: 45,826 (8,3%) У: 234,612 (28,4%) К: 1556,118 (23,5%)
День 6	1. Каша пшенная жидкая 130 2. Бутерброд с маслом 30 3. Кофейный напиток с молоком 150	1. Йогурт в инд. упаковке 125	1. Суп картофельный с горохом и гренками 150/10 2. Овощи в молочном соусе 100 3. Котлета мясная (говядина) 50 4. Помидор свежий 50 5. Кисель из кураги 150 6. Хлеб ржаной 20 7. Батон 20	1. Картофельное пюре с морковью 100 2. Биточек рыбный 50 3. Огурец соленый 30 4. Напиток лимонный 130 5. Хлеб ржаной 20 6. Печенье 25 7. Апельсин свежий 70	Б: 49,046 (29,8%) Ж: 40,338 (-4,6%) У: 215,955 (18,2%) К: 1464,895 (16,3%)
День 7	1. Салат из горошка зеленого консервированного 30 2. Омлет натуральный 110 3. Чай с молоком и сахаром 180 4. Батон 20	1. Йогурт в инд. упаковке 125	1. Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной и зеленью петрушки 150/15/5 2. Котлета мясная (говядина) 80 3. Пюре из свеклы 130 4. Помидор свежий 50 5. Сок персиковый 150 6. Хлеб ржаной 20 7. Батон 20	1. Винегрет овощной с сельдью 70 2. Яйцо вареное 20 3. Булочка "творожная" 50 4. Компот из чернослива 150 5. Хлеб ржаной 20 6. Яблоко свежее 70	Б: 56,996 (50,8%) Ж: 53,729 (27%) У: 183,262 (0,3%) К: 1451,226 (15,2%)

День 8	<ul style="list-style-type: none"> 1. Каша манная жидкая 130 2. Бутерброд с сыром 30 3. Кофейный напиток с молоком 150 	1. Йогурт в инд. упаковке 125	<ul style="list-style-type: none"> 1. Суп картофельный с мясными фрикадельками 150/15 2. Пюре картофельное 100 3. Пудинг из печени с морковью 90 4. Помидор свежий 50 5. Кисель из яблок 150 6. Хлеб ржаной 20 7. Батон 20 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Запеканка из творога 100 2. Соус сметанный 20 3. Молоко кипяченое 150 4. Груша свежая 70 	<ul style="list-style-type: none"> Б: 68,254 (80,6%) Ж: 47,373 (12%) У: 170,061 (-6,9%) К: 1397,664 (10,9%)
День 9	<ul style="list-style-type: none"> 1. Каша овсяная "геркулес" жидкая 130 2. Бутерброд с маслом 25 3. Чай с молоком и сахаром 180 	1. Йогурт в инд. упаковке 125	<ul style="list-style-type: none"> 1. Борщ с капустой и картофелем, говядиной, сметаной и зеленью петрушки 150/10/10 2. Рыба, тушёная в томате с овощами 100 3. Картофель отварной 80 4. Огурец соленый 40 5. Сок яблочный 150 6. Хлеб ржаной 20 7. Батон 20 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Голубцы ленивые 140 2. Компот из свежих плодов 150 3. Хлеб ржаной 20 4. Груша свежая 70 5. Булочка молочная 50 	<ul style="list-style-type: none"> Б: 50,188 (32,8%) Ж: 42,296 (0%) У: 205,95 (12,7%) К: 1414,158 (12,2%)
День 10	<ul style="list-style-type: none"> 1. Каша рисовая жидкая 130 2. Бутерброд с маслом 30 3. Какао с молоком 180 	1. Йогурт в инд. упаковке 125	<ul style="list-style-type: none"> 1. Рассольник ленинградский с птицей и сметаной 150/10/10 2. Салат из свеклы 40 3. Овощи, припущенные в сметанном соусе 100 4. Фрикадельки из птицы 50 5. Напиток клюквенный 150 6. Хлеб ржаной 20 7. Батон 20 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Жаркое по-домашнему 100 2. Компот из чернослива 150 3. Хлеб ржаной 20 4. Банан свежий 65 	<ul style="list-style-type: none"> Б: 43,516 (15,1%) Ж: 39,283 (-7,1%) У: 191,693 (4,9%) К: 1290,039 (2,4%)