

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 23»**

Адрес: 624480, Свердловская область, г. Североуральск, ул.Свердлова, 25.

Телефон: (34380) 2-53-84, 2-54-84

624480, Свердловская область, г. Североуральск, ул.Свердлова, 17.

624480, Свердловская область, г. Североуральск, ул.Павла Баянова, 4

e-mail: [mbdou23\\_luhcik@mail.ru](mailto:mbdou23_luhcik@mail.ru), адрес сайта:<http://detsad23-luchik.ru>

**УТВЕРЖДЕНО:**

Приказом заведующего

МАДОУ № 23

От 08.09.2025 г. № 185/1-О

# 10 ДНЕВНОЕ ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

## для воспитанников МАДОУ № 23

**День: Понедельник**

**Неделя: первая**

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	
		ясли	сад
	<b>Завтрак</b>		
	Каша рисовая молочная	150	180
	Батон обогащен с маслом	40	40
	Кофейный напиток с молоком	150	180
	<b>Второй завтрак</b>		
	Лимонный напиток	150	180
	<b>Обед</b>		
	Салат из припущенной моркови с яблоком с раст. маслом	50	60
	Суп картоф с бобовым со сметаной	150	200
	Тефтели из мяса свинины	60	70
	Соус томатный	30	50
	Макароны отварные	110	130
	Компот из сухофруктов	150	180
	Хлеб пшеничный (валетек 8)	30	40
	Хлеб дарницкий	30	40
	<b>Полдник</b>		
	Калитка с творогом	50	50
	Компот из яблок и изюма	150	180
	<b>Ужин</b>		
	Картофель в молоке	130	150
	Чай с сахаром	150	180

### **Рекомендуемый ужин**

18.30. – 19.00 - Суфле из рыбы

Картофельное пюре с морковью

Чай с молоком

Фрукт

21.00 - биокефир

**День: Вторник**

**Неделя: первая**

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	
		ясли	сад
	<b>Завтрак</b>		
	Каша пшеничная молочная	150	200
	Какао с молоком	150	180
	Батон обогащен с сыром	40	40
	<b>Второй завтрак</b>		
	Свежий фрукт (в ассортименте)	100	100
	<b>Обед</b>		
	Салат из отварн свек и морк с р.м	30	60
	Щи из капусты со сметаной	150	200
	Запеканка картоф запеч с отварн мяс птицы	130	150
	Соус томатный	30	50
	Кисель фруктовый	150	180
	Хлеб пшеничный (валетек 8)	30	40
	Хлеб дарницкий	30	40
	<b>Полдник</b>		
	Суп молочный с лапшой	150	200
	Чай с сахаром	150	180
	<b>Ужин</b>		
	Каша ячневая молочная	150	200
	Компот из яблок	150	180

### **Рекомендуемый ужин**

18.30. – 19.00 - запеканка капустная  
Батон витаминный с маслом  
Чай с сахаром

21.00 - кефир

День: **Среда**  
 Неделя: Первая

№	<b>Прием пищи, наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	
		<b>ясли</b>	<b>сад</b>
	<b>Завтрак</b>		
	Каша пшеничная молочная	150	20
	Чай с молоком	150	180
	Батон обогощ с повидлом	40	50
	<b>Второй завтрак</b>		
	Сок фруктовый	200	200
	<b>Обед</b>		
	Огурец свежий порционно	30	40
	Суп с макарон изделием со сметаной	150	200
	Биточки из мяса птицы	60	80
	Горошица	110	130
	Компот из свежих яблок	150	180
	Хлеб пшеничный (валетек 8)	30	40
	Хлеб дарницкий	30	40
	<b>Полдник</b>		
	Сдоба обыкновенная	70	80
	Напиток из шиповника	150	180
	<b>Ужин</b>		
	Рагу из овощей	150	180
	Компот из кураги	150	180

### **Рекомендуемый ужин**

18.30. – 19.00 - голубцы ленивые  
 Компот из свежих груш  
 Батон обогащенный

21.00 - Молоко кипяченое

**День: Четверг**  
**Неделя: первая**

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	
		ясли	сад
	<b>Завтрак</b>		
	Каша манная молочная	150	200
	Батон обог с маслом и яйцом 1/2	40	50
	Кофейный напиток с молоком	150	180
	<b>Второй завтрак</b>		
	Напиток из шиповника	150	180
	<b>Обед</b>		
	Салат из кукуруз слад кон с рас.м	21	30
	Суп крестьянский со сметаной	150	200
	Рис отвар с овощами	110	130
	Тефтели рыбные с том соусом	60	80
	Компот из сухофруктов	150	180
	Хлеб пшеничный (валетек 8)	30	40
	Хлеб дарницкий	30	40
	<b>Полдник</b>		
	Запеканка из творога	100	120
	Сгущеное молоко	20	30
	Чай с сахаром	150	180
	<b>Ужин</b>		
	Биточки картофельные запеченные	150	180
	Соус молочный	30	50
	Лимонный напиток	150	180

### **Рекомендуемый ужин**

18.30. – 19.00 - вареники  
 Напиток из клюквы протертый с сахаром

21-00 - Ряженка

**День: Пятница**  
**Неделя: первая**

№	<b>Прием пищи, наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	
		<b>ясли</b>	<b>сад</b>
	<b>Завтрак</b>		
	Каш Дружба ( рис +пшено) молоч	150	200
	Какао с молоком	150	200
	Батон обогащ с маслом	40	40
	<b>Второй завтрак</b>		
	Компот из кураги	150	180
	<b>Обед</b>		
	Салат из зелен горош с рас мас	15	32
	Суп картофел с круп со сметаной	150	200
	Голубцы ленивые из мяса говядины	90	100
	Соус молочный	30	50
	Кисель фруктовый	150	180
	Хлеб пшеничный (валетек 8)	30	40
	Хлеб дарницкий	30	40
	<b>Полдник</b>		
	Булочка молочная	50	50
	Чай с лимоном	150	180
	<b>Ужин</b>		
	Макароны отварные	110	130
	Яйцо отварное 1/2	20	20
	Чай с сахаром	150	180

**Рекомендуемый ужин**

18.30. – 19.00 - рагу из овощей с крупой

Батон обогащ

Компот из сухофруктов

21.00 - йогурт

**День: Суббота**  
**Неделя: Первая**

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	
		ясли	сад
	<b>Завтрак</b>		
	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	200	250
	Чай с молоком	150	200
	Хлеб с сыром	25/13	35/15
	<b>Обед</b>		
	Суп-пюре из моркови со сметаной	200	250
	Кнели мясные паровые	70	80
	Гарнир овощной сборный	130	150
	Кисель фруктовый	150	200
	Хлеб пшеничный	30	40
	Хлеб ржаной	30	40
	<b>Полдник</b>		
	Булочка творожная	70	80
	Молоко кипяченое	180	200
	<b>Ужин</b>		
	Печеночная котлета	70	80
	Картофельное пюре	130	150
	Хлеб ржаной	30	40
	<b>21 -00 Йогурт</b>	150	200

**День: Воскресенье**

**Неделя: Первая**

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	
		ясли	сад
	<b>Завтрак</b>		
	Суп молочный с крупой и маслом сливочным	200	250
	Кофейный напиток с молоком	150	200
	Батон витаминный с маслом	25/5	35/7
	<b>Обед</b>		
	Суп с лапшой на курином бульоне	200	250
	Запеканка картофельная фаршированная мясом куриным с овощами	180	200
	Со сметанным соусом	30	40
	Компот из сухофруктов	150	200
	Хлеб пшеничный	30	40
	Хлеб ржаной	30	40
	<b>Полдник</b>		
	Сырники творожные, сладкий подлив	120/30	150/40
	Чай с сахаром	150	200
	<b>Ужин</b>		
	Биточки рыбные с соусом основным с овощами	70/30	80/40
	Каша рисовая рассыпчатая	130	150
	Хлеб пшеничный	30	40
	Напиток из шиповника	150	200
	<b>21-00 Снежок</b>	150	200

**День: Понедельник**  
**Неделя: вторая**

№	<b>Прием пищи, наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	
		<b>ясли</b>	<b>сад</b>
	<b>Завтрак</b>		
	Омлет натуральный	120	140
	Батон обогащ с повидлом	40	50
	Чай с молоком	150	180
	<b>Второй завтрак</b>		
	Лимонный напиток	150	180
	<b>Обед</b>		
	Салат из кукурузы слад конс с раст маслом	21	30
	Борщ с капустой со сметаной	150	200
	Каша гречневая рассып с овощами	110	130
	Гуляш из мяса свинины	50	70
	Компот из сухофруктов	150	180
	Хлеб пшеничный (валетек 8)	30	40
	Хлеб дарницкий	30	40
	<b>Полдник</b>		
	Суп молочный с крупой	150	200
	Чай с сахаром	150	180
	<b>Ужин</b>		
	Каша пшенная с яблоками молоч	150	200
	Чай с сахаром	150	180

**Рекомендуемый ужин**

18.30. – 19.00 - оладьи картофельные  
 Сметанный соус  
 Чай с лимоном  
 Фрукт

21.00 - Биокефир

**День: Вторник**

**Неделя: вторая**

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	
		ясли	сад
	<b>Завтрак</b>		
	Каша пшенная	150	200
	Кофейный напиток с молоком	150	180
	Батон обогащ с сыром	40	40
	<b>Второй завтрак</b>		
	Свежий фрукт ( в ассортименте)	100	100
	<b>Обед</b>		
	Огурец свежий порционно	30	40
	Суп картофельный с крупой со сметаной	150	200
	Биточки из птицы	60	80
	Сложный гарнир ( картоф пюре + капуста тушен)	60/50	80/70
	Компот из яблок	150	180
	Хлеб пшеничный (валетек 8)	30	40
	Хлеб дарницкий	30	40
	<b>Полдник</b>		
	Пирожок с картошкой	50	50
	Напиток из шиповника	150	180
	<b>Ужин</b>		
	Каша гречневая молочная	150	200
	Чай с сахаром	150	180

### **Рекомендуемый ужин**

18.30. – 19.00 – биточки ( котлеты) картофельные запеченные  
Соус молочный  
Напиток из клюквы протерт с сахаром

21-00 – кефир

**День: Среда**  
**Неделя: вторая**

№	<b>Прием пищи, наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	
		<b>ясли</b>	<b>сад</b>
	<b>Завтрак</b>		
	Каша манная молочная	150	200
	Чай с лимоном	150	180
	Батон обогащ с маслом	40	40
	<b>Второй завтрак</b>		
	Компот из кураги	150	
	Витамин напиток «Витошка»		200
	<b>Обед</b>		
	Салат из припущ морк и яблок с рас маслом	40	50
	Суп картофельный с клецками со сметаной	150	200
	Плов из отварного мяса птицы	160	180
	Кисель фруктовый	150	180
	Хлеб пшеничный (валетек 8)	30	40
	Хлеб дарницкий	30	40
	<b>Полдник</b>		
	Булочка домашняя	50	50
	Чай с молоком	150	180
	<b>Ужин</b>		
	Суп молочный с лапшой	150	200
	Компот из кураги	150	180

### **Рекомендуемый ужин**

18.30. – 19.00 - тефтели рыбные в соусе

Компот из сухофруктов

Батон обогащенный

21.00 - снежок

**День: Четверг**  
**Неделя: вторая**

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	
		ясли	сад
	<b>Завтрак</b>		
	Каша ячневая молочная	150	200
	Батон обогащ с масл и яйцом 1/2	40	50
	Какао с молоком	150	180
	<b>Второй завтрак</b>		
	Лимонный напиток	150	180
	<b>Обед</b>		
	Салат из отвар свеклы с рас маслом	45	60
	Суп крестьянский со сметаной	150	200
	Биточки (котлеты) рыбные	60	80
	Пюре картофельное	110	130
	Компот из сухофруктов	150	180
	Хлеб пшеничный (валетек 8)	30	40
	Хлеб дарницкий	30	40
	<b>Полдник</b>		
	Вареники ленивые	120	150
	Чай с сахаром	150	180
	<b>Ужин</b>		
	Рагу из овощей	150	180
	Компот из сухофруктов	150	180

### **Рекомендуемый ужин**

18.30. – 19.00 - манный пудинг с яблоками  
Компот из груш

21.00 - Снежок

**День: Пятница**  
**Неделя: вторая**

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	
		ясли	сад
	<b>Завтрак</b>		
	Каша «Ассорти» (рис+гречка) молочная	150	200
	Батон обогащ с маслом	40	40
	Кофейный напиток с молоком	150	180
	<b>Второй завтрак</b>		
	Сок фруктовый	200	200
	<b>Обед</b>		
	Салат из зеленого горошка с рас маслом	15	32
	Свекольник со сметаной	150	200
	Жаркое по - домашнему	160	180
	Компот из свежих яблок	150	180
	Хлеб пшеничный (валетек 8)	30	40
	Хлеб дарницкий	30	40
	<b>Полдник</b>		
	Гребешок с повидлом	60	70
	Напиток из шиповника	150	180
	<b>Ужин</b>		
	Макароны отварные	110	130
	Яйцо отварное 1/2	20	20
	Чай с молоком	150	180

**Рекомендуемый ужин**

18.30. – 19.00 - суфле из овощей  
 Компот из сухофруктов

21-00 – йогурт

**День: Суббота**  
**Неделя: Вторая**

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	
		ясли	сад
	<b>Завтрак</b>		
	Каша гречневая молочная со сливочным маслом	200	250
	Кофейный напиток с молоком	150	200
	Хлеб	25	35
	Батон витаминный с сыром	25/13	35/15
	<b>Обед</b>		
	Суп – пюре гороховый с гренками	200	250
	Биточки из мяса говядины паровые	70	80
	Свекла тушеная в сметанном соусе	150	180
	Компот из яблок и кураги	150	200
	Хлеб ржаной	30	40
	Хлеб пшеничный	30	40
	<b>Полдник</b>		
	Запеканка из творога с изюмом, сладкий подлив	120/30	150/40
	Чай с молоком	150	200
	<b>Ужин</b>		
	Рагу из овощей	150	180
	Чай с лимоном	150	200
	Хлеб пшеничный	25	30
	<b>21-00 Кефир</b>	150	200

**День: Воскресенье**  
**Неделя: Вторая**

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	
		ясли	сад
	<b>Завтрак</b>		
	Суп молочный с лапшой	200	250
	Какао с молоком	150	200
	Хлеб пшеничный с маслом	25/5	35/7
	<b>Обед</b>		
	Салат из отварной свеклы и моркови с рас маслом	50	60
	Печеночные котлеты	70	80
	Каша рисовая рассыпчатая с маслом сливочным	130	150
	Соус молочный	30	40
	Компот из сухофруктов	150	200
	Хлеб ржаной	30	40
	Хлеб пшеничный	30	40
	<b>Полдник</b>		
	Ватрушка с повидлом	70	80
	Молоко кипяченое	180	200
	<b>Ужин</b>		
	Омлет с картофелем запеченный	120	150
	Чай с сахаром	150	200
	Хлеб пшеничный	25	35
	<b>21-00 Варенец</b>	150	200