



Заведующий МБДОУ
Детский сад № 143 «Золотая рыбка»
Н.А Южакова

меню «08» июля 2025г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша ячневая молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Какао на молоке	180/200
Второй завтрак	
Сок	100
Обед	
Суп «Щи из свежей капусты с мясом со сметаной»	180/200
Помидоры свежие порционно	50/60
Плов	60/70 15/20
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Вафли	50/50
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Сырники из творога со сгущенным молоком	100/120 10/15
Чай	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю

Заведующий МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»

Н.А Южакова

«08» июля 2025 г.



МЕНЮ

«09» июля 2025 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша геркулесовая молочная	180/200
Чай с сахаром	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
II Завтрак	
Фрукт	100
Обед	
Суп с мясом с клецками	180/200
Салат из свеклы с сыром с маслом	50/60
Голубцы ленивые со сметанным соусом	150/180 15/20
Кисель облепиховый	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Кондитерское изделие	
Чай с молоком	180/200
Ужин	
Омлет с сосисками с маслом	120/140/5
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю
Заведующий МБ
Детский сад № 143 «Золотая рыбка»
Н.А. Южакова
«09» июля 2025 г.



МЕНЮ

«10» июля 2025 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша кукурузная молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Кофейный напиток с молоком	180/200
II Завтрак	
Фрукт/бананы/	100
Обед	
Суп «Гороховый с мясом»	180/ 200
Салат из свежей капусты с помидорами	50/60
Горбуша с овощным соусом	60/70 15/20
Картофель отварной с маслом	130/150
Морс из свежих ягод	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Баранка сдобная	40/40
Кисломолочный напиток «Снежок»	150/180
Ужин	
Каша манная молочная	180/200
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Детский сад № 143 «Золотая рыбка»
Н.А Южакова
«10» июля 2025 г.



«11» июля 2025 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша гречневая молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Чай с шоколадом	180/200 /30
Второй завтрак	
Сок	100
Обед	
Суп «Борщ из свежей капусты с мясом»	180/200
Икра кабачковая	50/60
Гуляш из говяжьих сердец в соусе	60/70 20/30
Перловка отварная с маслом	130/150
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб.	30/40
Полдник	
Ватрушка с творогом	50/50
Напиток из чернослива	180/200
Ужин	
Суп молочный с макаронными изделиями	180/200
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Детский сад № 143 «Золотая рыбка»
Н.А Южакова
«11» июля 2025 г.



«14» июля 2025 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша пшеничная молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Какао на молоке	180/200
Второй завтрак	
Фрукт	100
Обед	
Суп «Харчо с мясом со сметаной»	180/200
Салат из кукурузы с луком и маслом	50/60
Биточки мясные с томатным соусом	60/70 15/20
Макароны отварные с маслом	130/150
Напиток из шиповника	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Сухари	
Чай с сахаром	180/200
Ужин	
Запеканка творожная со сгущенным молоком	120/140 10/15
Чай	180/200
Хлеб	20/30



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Детский сад № 143 «Золотая рыбка»
Н.А. Южако
«14» июля 202



МЕНЮ

«15» июля 2025 г.

Наименование блюда	выход блюда, гр.
Завтрак	
Каша манная молочная	180/200
Бутерброд с маслом	30/40 4/5
Чай с сахаром	180/200
II Завтрак	
Сок	100
Обед	
Суп с лапшой с тушенкой	180/ 200
Зеленый горошек консервированный	50/60
Суфле из сердец и печени	150/180 15/20
Компот из сухофруктов	180/200
Хлеб	30/40
Полдник	
Коржик молочный	50/50
Биойогурт	150/180
Ужин	
Каша манная молочная	180/200
Чай с сахаром	180/200
Хлеб	20/30