Согласовано
Председатель Управляющего совета
СПДС № 10 «Снежок»
_____ М.Н. Власова

Утверждаю
Методист (с обязанностями руководителя) СПДС № 10 «Снежок»
_____ Т.Н. Прососова
Приказ № 135 -од от 20.10.2026 год



Примерное десятидневное меню для детей в возрасте от 2 до 3 и от 3 до 7 лет, посещающих СПДС № 10 «Снежок» реализующего основную общеобразовательную программу дошкольного образования на осенне-зимний период с 12 часовым пребыванием

Разработано с учетом требований Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.4282-26, утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от «02» июня 2026 г. № 18

1 Дни недели	Завтрак 1 № тех. карты	Завтрак 2	Обед № тех. карты	Уплотненный полдник № тех. карты
Понедельник	Каша пшенная молочная № 45 Кофейный напиток с молоком № 12 Батон с маслом и сыром № 147,6,7 Яйцо № 63	Сок фруктовый промышленного производства № 9 Фрукт № 19	Щи на м/к б-не из свежей капусты, со сметаной и с фасолью № 34 Бефстроганов из отварного куриного мяса № 51 Гречка отварная № 65 Салат из солена огурца и свеклы № 36, хлеб Компот из с/фруктов № 2 Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148	Суп молочный вермишелевый № 93 Чай с сахаром (или с конфетой) № 69 Булочка с повидлом № 26 Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148
Вторник	Творожная запеканка № 23 Сгущенное молоко № 10 Какао на молоке № 17 Батон с маслом № 147,6	Кисло-молочный продукт (снежок)	Суп гороховый на курином б-не № 84 Котлета куриная № 57 Макароны отварные № 53 Кабачковая икра № Компот из сухофруктов № 2 Хлеб ржаной № 148	Каша молочная рисовая № 50 Кофейный напиток №12 Кондитерское изделие (печенье) Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148 Фрукт № 19
Среда	Каша молочная кукурузная № 16 Кофейный напиток с молоком № 12 Батон с маслом и сыром № 147,6,7 Яйцо № 63	Сок фруктовый промышленного производства № 9 Фрукт № 19	Свекольник на кур. Б-не с яйцом и сметаной № 68 Гуляш из куриного мяса № 52 Пюре картофельное № 91 Салат из соленого огурца и лука № 35 Компот из сухофруктов № 2 Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148	Сырники творожные № 23 Кисельная подлива № Чай сладкий с лимоном № 27 Кондитерские изделия (вафли)№ 11 Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148
Четверг	Каша молочная манная № 28 Какао на молоке № 17 Батон с маслом и сыром № 147,6,7	Кисло-молочный продукт (снежок)	Суп с клецками на кур. Б-не № 43 Плов с куриным мясом № 70 Салат из квашеной капусты № 31 Напиток из шиповника № 101 Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148	Рыба под овощами в сметанном соусе № 40 Картофель отварной № 205 Огурец соленый № 4 Кондитерские изделия (печенье) № 13 Хлеб пшеничный, ржаной

				№ 147,148 Лимонный напиток № Фрукт № 19
Пятница	Омлет № 48 Кофейный напиток с молоком № 12 Кукуруза консервированная № Батон с маслом № 147,6	Сок фруктовый промышленного производства № 9 Фрукты № 19	Суп картофельный с гренками № 60 Капуста тушеная с куриным мясом № 146 Салат «Зимний» № 27 Компот из сухофруктов № 2 Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148	Пирожок с картошкой № 42 Каша молочная пшеничная № 15 Чай с сахаром № 69 Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148
2 Дни недели	**Завтрак 1 № тех. карты**		**Обед № тех. карты**	**Ужин № тех. карты**
Понедельник	Каша ячневая молочная № 174 Кофейный напиток с молоком № 12 Батон с маслом № 147,6 Яйцо № 63	Сок фруктовый промышленного производства № 9 Фрукт № 19	Борщ на кур б-не со сметаной № 8 Гуляш из курин. мяса № 52 Макароны отварные № 53 Икра кабачковая № Напиток из шиповника № 101 Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148	Суп гречневый молочный № 37 Чай с сахаром (или конфетой) № 69 Булочка ванильная № 46 Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148
Вторник	Запеканка творожная № 23 Кисельный соус № 34 Какао на молоке № 17 Батон с маслом и сыром № 147,6,7	Кисло-молочный продукт (снежок)	Суп «Метелица» на кур. Б-не № 17 Котлета куриная № 57 Гороховое пюре № 78 Салат из квашеной капусты № 31 Компот из сухофруктов № 2 Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148	Каша молочная манная № 28 Кофейный напиток с молоком № 12 Кондитерские изделия (вафли) № 11 Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148 Фрукт № 19
Среда	Каша геркулесовая молочная № 30 Кофейный напиток с молоком № 12 Батон с маслом № 147,6	Сок фруктовый промышленного производства № 9 Фрукт № 19	Суп вермишелевый на курином б-не № 24 Голубцы ленивые № 59 Салат «Мозаика» № 56 Компот из сухофруктов № 2	Рыба под овощами в сметанном соусе № 40 Пюре картофельное № 91 Огурец соленый № 33

	Яйцо № 63		Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148	Кондитерские изделия (печенье) № 13 Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148 Лимонный напиток № 27
Четверг	Каша молочная «Дружба» № 14 Какао на молоке № 17 Батон с маслом и сыром № 147,6,7	Кисло-молочный продукт (снежок)	Рассольник на кур. Б-не со сметаной № 5 Фрикадельки куриные № 57 Овощное рагу № 55 Компот из сухофруктов № 2 Салат из зеленого горошка консервированного № Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148	Котлета рыбная любительская № 63 Рис припущенный № 64 Чай сладкий с лимоном № 27 Кондитерские изделия (вафли) № 11 Винегрет № 25 Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148 Фрукт № 19
Пятница	Омлет № 48 Кофейный напиток с молоком № 12 Икра кабачковая № Батон с маслом № 147, 6	Сок фруктовый промышленного производства № 9 Фрукт № 19	Суп крестьянский со сметаной № 25 Жаркое по домашнему с куриным мясом № 109 Салат из свеклы № Напиток из шиповника № 101 Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148	Ватрушка с творогом № 58 Каша кукурузная молочная № 16 Чай с сахаром № 69 Хлеб пшеничный, ржаной № 147,148