

УТВЕРЖДЕНО: \_\_\_\_\_

Заведующий МБДОУ №103 «Аврора»  
Гафарова Д.Р.

**ОСНОВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ**  
**на летне-осенний период с 01.06.2025 г. по 30.09.2025 г.**

| <b>1 НЕДЕЛЯ. ПОНЕДЕЛЬНИК</b>                                                                                    |                                                                                                                                                            |                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b><i>ЗАВТРАК</i></b>                                                                                           | <b><i>ОБЕД</i></b>                                                                                                                                         | <b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>                                                                 |
| Каша манная молочная<br>Бутерброд с маслом<br>Чай с лимоном<br><i>Второй завтрак</i><br>Сок фруктовый/Фрукты    | Суп фасолевый<br>Гуляш из отварной говядины<br>Макароны с маслом<br>Салат со свеклы<br>Компот из сухофруктов<br>Хлеб ржаной                                | Сырники из творога<br>Соус сладкий молочный<br>Чай сладкий<br>Печенье<br>Фрукты в ассортименте    |
| <b>1 НЕДЕЛЯ. ВТОРНИК</b>                                                                                        |                                                                                                                                                            |                                                                                                   |
| <b><i>ЗАВТРАК</i></b>                                                                                           | <b><i>ОБЕД</i></b>                                                                                                                                         | <b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>                                                                 |
| Каша молочная рисовая<br>Бутерброд с маслом<br>Чай с лимоном<br><i>Второй завтрак</i><br>Кефир/Фрукты           | Рассольник «Ленинградский» со сметаной<br>Котлета куриная рубленая<br>Капуста тушенная<br>Компот из свежих плодов<br>Салат из свежих овощей<br>Хлеб ржаной | Оладьи из печени говяжьей<br>Каша пшеничная с маслом<br>Чай сладкий<br>Печенье<br>Хлеб белый      |
| <b>1 НЕДЕЛЯ. СРЕДА</b>                                                                                          |                                                                                                                                                            |                                                                                                   |
| <b><i>ЗАВТРАК</i></b>                                                                                           | <b><i>ОБЕД</i></b>                                                                                                                                         | <b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>                                                                 |
| Каша молочная гречневая<br>Бутерброд с маслом<br>Чай с лимоном<br><i>Второй завтрак</i><br>Сок фруктовый/Фрукты | Суп гороховый<br>Котлета рыбная<br>Картофель отварной с маслом<br>Салат из свежих овощей<br>Компот из свежих плодов<br>Хлеб ржаной                         | Пирожок с повидлом<br>Чай сладкий<br>Салат со свежей белокочанной капусты и огурцом<br>Хлеб белый |
| <b>1 НЕДЕЛЯ. ЧЕТВЕРГ</b>                                                                                        |                                                                                                                                                            |                                                                                                   |
| <b><i>ЗАВТРАК</i></b>                                                                                           | <b><i>ОБЕД</i></b>                                                                                                                                         | <b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>                                                                 |
| Суп молочный вермишелевый<br>Бутерброд с маслом<br>Чай с лимоном<br><i>Второй завтрак</i><br>Ряженка/Фрукты     | Суп овощной со сметаной<br>Плов из птицы<br>Салат из свежих овощей<br>Компот из свежих плодов<br>Хлеб ржаной                                               | Печенье<br>Какао с молоком<br>Рагу из свежих овощей<br>Хлеб белый                                 |
| <b>1 НЕДЕЛЯ. ПЯТНИЦА</b>                                                                                        |                                                                                                                                                            |                                                                                                   |
| <b><i>ЗАВТРАК</i></b>                                                                                           | <b><i>ОБЕД</i></b>                                                                                                                                         | <b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>                                                                 |
| Суп молочный с пшеничной крупой<br>Бутерброд с маслом<br>Чай с лимоном<br><i>Второй завтрак</i><br>Сок /Фрукты  | Свекольник со сметаной<br>Жаркое по-домашнему из говядины<br>Салат из свежих овощей<br>Компот из свежих плодов<br>Хлеб ржаной                              | Печенье<br>Чай сладкий<br>Омлет натуральный<br>Свежийовощ(огурец/помидор)<br>Хлеб белый           |

| <b>2 НЕДЕЛЯ. ПОНЕДЕЛЬНИК</b>                                                                                  |                                                                                                                                                       |                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b><i>ЗАВТРАК</i></b>                                                                                         | <b><i>ОБЕД</i></b>                                                                                                                                    | <b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>                                                                 |
| Каша манная молочная<br>Чай с лимоном<br>Бутерброд с маслом<br><i>Второй завтрак</i><br>Сок фруктовый/Фрукты  | Суп картофель с вермиш<br>Котлета рыбная<br>Каша пшенная с маслом<br>Салат из свежих овощей<br>Компот из сухофруктов<br>Хлеб ржаной                   | Печенье<br>Какао с молоком<br>Рагу из свежих овощей<br>Хлеб белый                                 |
| <b>2 НЕДЕЛЯ. ВТОРНИК</b>                                                                                      |                                                                                                                                                       |                                                                                                   |
| <b><i>ЗАВТРАК</i></b>                                                                                         | <b><i>ОБЕД</i></b>                                                                                                                                    | <b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>                                                                 |
| Каша молочная пшенная<br>Бутерброд с маслом<br>Чай с лимоном<br><i>Второй завтрак</i><br>Фрукты/Сок фруктовый | Борщ зеленый со сметаной<br>Гуляш из говядины отварной<br>Каша гречневая с маслом<br>Салат из свежих овощей<br>Компот из свежих плодов<br>Хлеб ржаной | Оладьи с повидлом<br>Чай сладкий<br>Фрукты в ассортименте                                         |
| <b>2 НЕДЕЛЯ. СРЕДА</b>                                                                                        |                                                                                                                                                       |                                                                                                   |
| <b><i>ЗАВТРАК</i></b>                                                                                         | <b><i>ОБЕД</i></b>                                                                                                                                    | <b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>                                                                 |
| Каша молочная геркулесовая<br>Бутерброд с маслом<br>Чай с лимоном<br><i>Второй завтрак</i><br>Ряженка/Фрукты  | Суп картофельный с рисом<br>Птица тушеная с овощами<br>Макароны отварные с маслом<br>Салат из свежих овощей<br>Компот из свежих плодов<br>Хлеб ржаной | Рыбная тефтеля<br>Салат со свеклы<br>Хлеб белый<br>Компот из сухофруктов<br>Фрукты в ассортименте |
| <b>2 НЕДЕЛЯ. ЧЕТВЕРГ</b>                                                                                      |                                                                                                                                                       |                                                                                                   |
| <b><i>ЗАВТРАК</i></b>                                                                                         | <b><i>ОБЕД</i></b>                                                                                                                                    | <b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>                                                                 |
| Суп молочный вермишелевый<br>Бутерброд с маслом<br>Чай с лимоном<br><i>Второй завтрак</i><br>Кефир/Фрукты     | Борщ красный со сметаной<br>Котлета мясная<br>Картофель отварной с маслом<br>Свежий овощ(огурец/помидор)<br>Компот из свежих плодов<br>Хлеб ржаной    | Печенье<br>Чай сладкий<br>Сырники со сметаной<br>Фрукты в ассортименте                            |
| <b>2 НЕДЕЛЯ. ПЯТНИЦА</b>                                                                                      |                                                                                                                                                       |                                                                                                   |
| <b><i>ЗАВТРАК</i></b>                                                                                         | <b><i>ОБЕД</i></b>                                                                                                                                    | <b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>                                                                 |
| Суп молочная Дружба<br>Чай с лимоном<br>Бутерброд с маслом<br><i>Второй завтрак</i><br>Сок фруктовый /Фрукты  | Суп картоф с рыбными фрикад<br>Ленивые голубцы со сметаной<br>Свежий овощ(огурец/помидор)<br>Компот из свежих плодов<br>Хлеб ржаной                   | Яйцо отварное<br>Икра кабачковая<br>Хлеб с повидлом<br>Чай сладкий<br>Фрукты в ассортименте       |