

УТВЕРЖДЕНО: \_\_\_\_\_  
 Заведующий МБДОУ №103 «Аврора»  
 Гафарова Д.Р.

## ОСНОВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ на период с 06.10.2025 по 31.03.2026 г.

<b>1 НЕДЕЛЯ. ПОНЕДЕЛЬНИК</b>		
<b><i>ЗАВТРАК</i></b>	<b><i>ОБЕД</i></b>	<b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>
Макаронны отварные со маслом Батон с маслом Чай с лимоном  <b><i>Второй завтрак</i></b> Сок фруктовый / Фрукты	Суп картофельный с рисом Котлета рыбная Салат из соленых огурцов с луком/ Салат из квашеной капусты Каша пшеничная с маслом Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Сырники из творога со сметаной Какао с молоком Печенье
<b>1 НЕДЕЛЯ. ВТОРНИК</b>		
<b><i>ЗАВТРАК</i></b>	<b><i>ОБЕД</i></b>	<b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>
Суп молочный вермишелевый Батон с маслом Чай с лимоном  <b><i>Второй завтрак</i></b> Кефир / Фрукты	Щи из квашеной капусты со сметаной Гуляш из отварного мяса Каша перловая с маслом Салат из свеклы с горошком Компот из свеж яблок Хлеб ржаной	Овощное рагу из сезонных овощей Пирожок с повидлом Чай сладкий 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 рисовая Батон с маслом Чай с лимоном  <b><i>Второй завтрак</i></b> Фрукты / Сок фруктовый	Рассольник «Ленинградский» со сметаной Голубцы ленивые со сметаной Компот из свеж яблок Хлеб ржаной	Оладьи из печени Винегрет овощной Хлеб белый Чай сладкий
<b>1 НЕДЕЛЯ. ЧЕТВЕРГ</b>		
<b><i>ЗАВТРАК</i></b>	<b><i>ОБЕД</i></b>	<b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>
Каша молочная пшеничная с тыквой Батон с маслом Чай с лимоном  <b><i>Второй завтрак</i></b> Ряженка / Фрукты	Борщ со сметаной Котлета мясная Картофель отварной с маслом Салат из соленых огурцов с луком/ Салат из квашеной капусты Компот из свежих яблок Хлеб ржаной	Тефтеля рыбная Гороховое пюре Хлеб с повидлом Чай сладкий
<b>1 НЕДЕЛЯ. ПЯТНИЦА</b>		
<b><i>ЗАВТРАК</i></b>	<b><i>ОБЕД</i></b>	<b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>
Каша молочная «Дружба» Батон с маслом Чай с лимоном  <b><i>Второй завтрак</i></b> Сок фруктовый / Фрукты	Суп с мясными фрикадельками Птица тушенная / гуляш Отварные макароны с маслом Салат из квашеной капусты/ Салат из соленых огурцов с луком Компот из свежих яблок Хлеб ржаной	Яйцо отварное Икра кабачковая Хлеб белый Чай сладкий Печенье

<b>2 НЕДЕЛЯ. ПОНЕДЕЛЬНИК</b>		
<b><i>ЗАВТРАК</i></b>	<b><i>ОБЕД</i></b>	<b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>
Макаронны отварные с маслом Батон с маслом Чай с лимоном  <b><i>Второй завтрак</i></b> Сок фруктовый / Фрукты	Суп фасолевый Котлета рыбная Каша гречневая с маслом Салат из соленых огурцов с луком/ Салат из квашеной капусты Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Оладьи с повидлом Какао с молоком Печенье
<b>2 НЕДЕЛЯ. ВТОРНИК</b>		
<b><i>ЗАВТРАК</i></b>	<b><i>ОБЕД</i></b>	<b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>
Каша геркулесовая молочная Батон с маслом Чай с лимоном  <b><i>Второй завтрак</i></b> Фрукты / Кефир	Суп с рыбными фрикадел Котлеты рубленые из птицы Макаронны отвар с маслом Салат из свеклы с горошком Компот из св яблок Хлеб ржаной	Капуста тушенная с мясом Компот из сухофруктов Хлеб белый Печенье
<b>2 НЕДЕЛЯ. СРЕДА</b>		
<b><i>ЗАВТРАК</i></b>	<b><i>ОБЕД</i></b>	<b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>
Суп молочный с пшеничной крупой Батон с маслом Чай с лимоном  <b><i>Второй завтрак</i></b> Сок фруктовый / Фрукты	Свекольник со сметаной Котлета мясная Картофель отварной с маслом Салат из соленых огурцов с луком Компот из свеж яблок Хлеб ржаной	Овощное рагу из сезонных овощей Чай сладкий Хлеб белый Печенье
<b>2 НЕДЕЛЯ. ЧЕТВЕРГ</b>		
<b><i>ЗАВТРАК</i></b>	<b><i>ОБЕД</i></b>	<b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>
Каша манная молочная Батон с маслом Чай с лимоном  <b><i>Второй завтрак</i></b> Ряженка / Фрукты	Суп картофельный с вермишелью Жаркое по-домашнему из говядины отварной Салат из соленых огурцов с луком/ Салат из квашеной капусты Компот из свежих яблок Хлеб ржаной	Сырники из творога со сметаной Чай сладкий Печенье
<b>2 НЕДЕЛЯ. ПЯТНИЦА</b>		
<b><i>ЗАВТРАК</i></b>	<b><i>ОБЕД</i></b>	<b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>
Каша молочная гречневая Чай с лимоном Бутерброд с масл  <b><i>Второй завтрак</i></b> Сок фруктовый / Фрукты	Суп гороховый Плов из курицы Салат из квашенной капусты/ Салат из соленых огурцов с луком Компот из свежих яблок Хлеб ржаной	Омлет натуральный Икра кабачковая Хлеб белый Чай сладкий Печенье