

Утверждаю
Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 130
Н.А. Ростова
Приказ № 24-ОД от 12.01.2026 года



Основное 10-дневное меню

муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения

г. Мурманска № 130

Цикличное меню

Номер дня	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Завтрак	Каша манная молочная жидкая (200,00)	Каша молочная пшеничная жидкая (200,00)	Каша рисовая молочная жидкая (200,00)	Каша гречневая вязкая (200,00)	Каша молочная пшеничная жидкая (200,00)	Каша овсяная из хлопьев овсяных "геркулес" жидкая (200,00)	Каша манная молочная жидкая (200,00)	Каша молочная пшеничная жидкая (150,00)	Каша "дружба" (200,00)	Каша гречневая вязкая (150,00)
	Кофейный напиток с молоком (180,00)	Какао с молоком (180,00)	Чай с сахаром (200,00)	Кофейный напиток с молоком (180,00)	Чай сладкий с молоком (200,00)	Чай с сахаром (200,00)	Кофейный напиток с молоком (180,00)	Чай сладкий с молоком (180,00)	Какао с молоком (180,00)	Чай с сахаром (180,00)
	Печенье (35,00)	Бутерброды с маслом (40,00)	Бутерброд с джемом или повидлом... (45,00)	Бутерброд с сыром (40,00)	Бутерброды с маслом (40,00)	Бутерброд с джемом или повидлом... (40,00)	Бутерброд с сыром (40,00)	Бутерброды с маслом (35,00)	Бутерброд с джемом или повидлом... (40,00)	Бутерброд с сыром (40,00)
Второй завтрак	Молоко (200,00)	Кефир (200,00)	Простокваша фруктовая (200,00)	Ряженка (180,00)	Кефир (200,00)	Молоко (200,00)	Простокваша фруктовая (200,00)	Ряженка (200,00)	Кефир (200,00)	Простокваша фруктовая (180,00)
Обед	Огурец консервированный (50,00)	Салат из моркови с зеленым горошком (60,00)	Салат из отварной свеклы (60,00)	Соус молочный (40,00)	Салат из свеклы с чесноком (60,00)	Икра морковная (60,00)	Огурец консервированный (50,00)	Салат из отварной свеклы (50,00)	Огурец свежий (40,00)	Икра морковная (50,00)
	Суп из овощей (200,00)	Суп с макаронными изделиями и картофелем на к/б (200,00)	Щи из свежей капусты с картофелем (200,00)	Помидор свежий (50,00)	Суп картофельный с клецками (200,00)	Рассольник домашний (200,00)	Борщ с капустой и картофелем на м/б (200,00)	Суп картофельный с бобовыми (200,00)	Гренки (15,00)	Суп картофельный с рыбой (180,00)
	Соус томатный (40,00)	Плов из отварной птицы (150,00)	Запеканка картофельная с мясом или с печенью (180,00)	Свекольник (200,00)	Голубцы ленивые (180,00)	Котлеты и биточки рыбные (80,00)	Жаркое по домашнему (150,00)	Котлеты, биточки, шницели рубленые (80,00)	Бульон из кур (200,00)	Тефтели из говядины с рисом (ежики) (70,00)
	Котлеты, биточки, шницели рубленые (80,00)	Компот из смеси сухофруктов 2 (200,00)	Компот из свежих яблок 2 (200,00)	Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе (70,00)	Соус сметанный (40,00)	Рис отварной (150,00)	Компот из свежих яблок 2 (180,00)	Макаронные изделия отварные (130,00)	Суфле из кур (70,00)	Капуста тушеная (130,00)
	Каша гречневая рассыпчатая (150,00)	Хлеб (50,00)	Хлеб (50,00)	Яйца вареные (58,00)	Напиток из шиповника (200,00)	Компот из смеси сухофруктов 2 (200,00)	Хлеб (50,00)	Компот из замороженных ягод (200,00)	Картофельное пюре (150,00)	Напиток из шиповника (180,00)
	Компот из замороженных ягод (180,00)			Макаронные изделия отварные (150,00)	Хлеб (50,00)	Хлеб (50,00)		Хлеб (50,00)	Компот из смеси сухофруктов (180,00)	Хлеб (50,00)
	Хлеб (50,00)			Компот из замороженных ягод (180,00)					Хлеб (50,00)	
				Хлеб (50,00)						
Уютный полдник	Тефтели рыбные (70,00)	Соус молочный сладкий (40,00)	Рагу из овощей (180,00)	Тефтели рыбные (80,00)	Кукуруза консервированная (60,00)	Винегрет овощной (180,00)	Рагу из овощей (150,00)	Рыба, тушеная в томате с овощами (70,00)	Соус молочный сладкий (40,00)	Кукуруза консервированная (50,00)
	Картофель отварной (130,00)	Сырники с морковью (150,00)	Напиток лимонный (200,00)	Картофельное пюре (130,00)	Омлет натуральный_1 (180,00)	Кисель из джема (200,00)	Сок (200,00)	Картофель отварной (130,00)	Запеканка из творога (150,00)	Омлет натуральный_1 (150,00)
	Батон (30,00)	Чай сладкий с молоком (200,00)	Батон (40,00)	Сок (180,00)	Компот из плодов и ягод сушеных(изюм) (200,00)	Батон (30,00)	Батон (40,00)	Напиток лимонный (180,00)	Кисель из джема (180,00)	Чай сладкий с лимоном (180,00)
	Сок (200,00)	Батон (30,00)	Булочка "домашняя" (80,00)	Батон (35,00)	Батон (40,00)	Яблоко (100,00)	Булочка "домашняя" (70,00)	Батон (30,00)	Батон (30,00)	Батон (30,00)
		Яблоко (100,00)				Печенье (30,00)		Банан (100,00)		

Сид 12 часов (от 3 до 7 лет)