



**Муниципальное дошкольное  
образовательное учреждение №155  
«Центр развития ребенка – детский сад»**

*Адрес: Россия, 650025,  
Кемеровская область, Кемерово,  
ул. Рукавишникова – 1 а, телефон: 8-(3842) 36-44-60*

# **«СПОСОБЫ СЕРВИРОВКИ ДЕТСКОГО СТОЛА В ДОУ»**

*Авторы: коллектив  
МБДОУ №155*



**Кемерово - 2019**

## ЗАВТРАК

Суп молочный с макаронными изделиями – 200 гр.

Масло сливочное – 3 гр.

Сыр твердый – 7 гр.

Чай с молоком - 200 мл.

Хлеб пшеничный – 40 гр.

## 2-й ЗАВТРАК

Сок – 200 мл.

## ОБЕД

Икра свекольная – 60 гр.

Рассольник «Ленинградский» с мясом,  
со сметаной – 200 гр.

Суфле из кур – 70 гр.

Рагу из овощей с кабачками – 120 гр.

Напиток витаминный – 150 мл.

Хлеб пшеничный – 10 гр.

Хлеб ржано-пшеничный – 10 гр.



## ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток – 180 гр.

Ватрушка с творогом - 70 гр.

## УЖИН

Рыба, запеченная  
с картофелем по-русски – 200 гр.

Молоко кипяченое – 200 мл.

Хлеб пшеничный – 20 гр.

Хлеб ржано-пшеничный – 40 гр.

Яблоко – 100 гр.

В **МБДОУ №155** «Центр развития ребенка – детский сад» особое внимание уделяется организации питания детей раннего и дошкольного возраста. Питание организуется на основе санитарно-гигиенических требований 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" от 15.05.2013.

Ежедневно воспитанники получают **пятиразовое** питание: **завтрак, второй завтрак** (сок / фрукт / отвар шиповника / отвар изюма / отвар кураги), **обед, полдник, ужин**. Мы стараемся, чтобы питание наших детей было «домашнее», разнообразное и полезное. Продукты для детского питания приобретаются на договорной основе, в соответствии с заявкой ДОУ, при обязательном наличии сертификата качества на приобретаемый продукт.

Меню разрабатывается старшей медицинской сестрой с учетом особенностей детей раннего и дошкольного возраста. Предпочтение отдается полезной и безопасной пище, которая не вызывает аллергических реакций.

В приготовлении детских блюд мы используем исключительно свежие и качественные продукты. Используется десятидневное меню, составленное таким образом, чтобы обеспечить организм ребенка достаточным для роста и развития количеством полезных веществ и витаминов.

Наши повара также заботятся о внешнем виде пищи, что, с учетом двигательной и интеллектуальной активности детей в течение дня, должным образом сказывается на аппетите воспитанников и, как следствие, сбалансированном восполнении затраченной энергии.

Ответственность за организацию питания возложена на руководителя ДОУ и старшую медицинскую сестру.

Представленные на конкурс блюда содержат варианты приготовления, а также сервировки стола с учетом текущего сезона и пожеланий детей дошкольного возраста.

## От авторов...

Вопросы воспитания  
Касаются питания...  
Чтоб иммунитет был прочный,  
Утром суп едим молочный.  
Масло, сыр и хлеб пшеничный  
Сочетаются отлично!  
Завтрак свой мы завершаем –  
Чай молочный выпиваем...

А потом по расписанью,  
Добывать уходим знания!  
Мы усердно занимались,  
Силы наши уменьшались.  
Чтоб восполнить сил запас.  
Сок уже налит для нас!

Обученье продолжаем,  
А потом идём гуляем.  
Прыгать, бегать нам не лень:  
К середине близок день...

Силы наши на исходе,  
В сад с прогулки мы заходим.  
Там уже обед нас ждёт,  
А меню такое вот:  
Вкусный суп, суфле из кур  
И из овощей рагу.  
По советам медицины  
Пьём напитков витаминный!

**Мы поспали. Мы проснулись.  
Мы оделись и обулись.  
И на полдник будет точно  
Эликсир кисломолочный!  
А к нему не просто плюшка:  
Ждёт нас с творогом ватрушка!**

**Продолжаем мы трудиться:  
Петь, играть, всему учиться,  
На прогулке наблюдать,  
Горки строить, снег копать.  
К завершенью день идёт...  
Что же нас на ужин ждёт?**

**Рыбу с картофелем нам запекли,  
Чтобы мы силы восполнить смогли:  
Это так вкусно! И чисто технически  
Блюдо является диетическим!  
Вот и яблочко –  
Оно соку спелого полно!  
Чтобы жиры расщеплялись, потом  
Мы запиваем всё молоком!**

**Итак, сбалансированное питание –  
Мощный помощник образованию!**



# Зима

## ЗАВТРАК

### ЗАВТРАК

Суп молочный с макаронными изделиями «Зимнее солнышко» - 200

Масло сливочное - 3

Сыр твердый - 7

Чай с молоком - 200

Хлеб пшеничный - 40



### ПРИМЕЧАНИЕ:

*Дети старшего дошкольного возраста готовят бутерброд самостоятельно. Для этого мы предлагаем нож, масло в виде шарика и сыр в виде новогодней елочки*



**Суп молочный с макаронными изделиями  
«Зимнее солнышко»**



# Зима

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Сок «Яблочный с мякотью» - 200



### ПРИМЕЧАНИЕ:

*Детям предлагается к соку соломинка. Однако каждый ребенок может пить сок и без нее по желанию*





Сок «Яблочный с мякотью»



# Зима

## ОБЕД

Икра свекольная - 60

Рассольник «Ленинградский» с мясом, со сметаной

«Новогодняя сказка» - 200

Суфле из кур «Цифры» - 70

Рагу из овощей с кабачками «Новогодние часы» - 120

Напиток витаминный - 150

Хлеб пшеничный - 10

Хлеб ржано-пшеничный - 10





Сок «Яблочный с мякотью»





**Рассольник «Ленинградский» с мясом, со сметаной  
«Новогодняя сказка»**





**Суфле из кур «Цифры»  
Рагу из овощей с кабачками «Новогодние часы»**



**Напиток витаминный**

# Зима

## ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток «Ряженка» - 180  
Ватрушка с творогом «Сердечко»- 70





Кисломолочный напиток «Ряженка»  
Ватрушка с творогом «Сердечко»



# Зима

## УЖИН

**Рыба, запеченная  
с картофелем по-русски «Зимняя рыбалка» - 200**  
**Молоко кипяченое - 200**  
**Хлеб пшеничный - 20**  
**Хлеб ржано-пшеничный - 40**  
**Яблоко - 100**







**Рыба, запеченная с картофелем по-русски  
«Зимняя рыбалка»**



# Весна

## ЗАВТРАК

### ЗАВТРАК

Суп молочный с макаронными изделиями

«Ледоход» - 200

Масло сливочное - 3

Сыр твердый - 7

Чай с молоком - 200

Хлеб пшеничный - 40



### ПРИМЕЧАНИЕ:

*Дети старшего дошкольного возраста готовят бутерброд самостоятельно. Для этого мы предлагаем нож, масло в форме ручейка и сыр в форме кораблика*



**Суп молочный с макаронными изделиями  
«Ледоход»**



# Весна

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Сок «Яблочный с мякотью» - 200





Сок «Яблочный с мякотью»



# Весна

## ОБЕД

Икра свекольная «Птичьи гнёзда» - 60

Рассольник «Ленинградский» с мясом, со сметаной «Ледоход» - 200

Суфле из кур - 70

Рагу из овощей с кабачками «Солнышко в окошке» - 120

Напиток витаминный - 150

Хлеб пшеничный - 10

Хлеб ржано-пшеничный - 10



### ПРИМЕЧАНИЕ:

*«Льдинки» в рассольнике изготовлены из отварного картофеля*



Икра свекольная «Птичьи гнёзда»









Суфле из кур  
Рагу из овощей с кабачками «Солнышко в окошке»



# Весна

## ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток «Вишневый» - 180  
Ватрушка с творогом «Кораблик»- 70





Ватрушка с творогом «Кораблик»



# Весна

## УЖИН

**Рыба, запеченная  
с картофелем по-русски «Птенцы в гнездах» -  
200**

**Молоко кипяченое - 200**

**Хлеб пшеничный - 20**

**Хлеб ржано-пшеничный - 40**

**Яблоко - 100**





**Рыба, запеченная  
с картофелем по-русски «Птенцы в гнездах»**



# Лето

## ЗАВТРАК

### ЗАВТРАК

Суп молочный с макаронными изделиями

«Макарошка» - 200

Масло сливочное - 3

Сыр твердый - 7

Чай с молоком - 200

Хлеб пшеничный - 40



### ПРИМЕЧАНИЕ:

*Детям предложен бутерброд канапе из хлеба и сыра с прослойкой из сливочного масла*



**Суп молочный с макаронными изделиями «Макарошка»**



# Лето

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Сок «Яблочный с мякотью» - 200







Сок «Яблочный с мякотью»



## ОБЕД

Икра свекольная «Ягодка» - 60

Рассольник «Ленинградский» с мясом, со сметаной «Цветочная полянка» - 200

Суфле из кур - 70

Рагу из овощей с кабачками «Обед туриста» - 120

Напиток витаминный - 150

Хлеб пшеничный - 10

Хлеб ржано-пшеничный - 10



### ПРИМЕЧАНИЕ:

*«Цветочки» в рассольнике изготовлены из отварных картофеля и моркови*



Икра свекольная «Ягодка»





Рассольник «Ленинградский» с мясом,  
со сметаной «Цветочная полянка»





Суфле из кур  
Рагу из овощей с кабачками «Обед туриста»



# Лето

## ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток «Персиковый» -  
180

Ватрушка с творогом «Улитка»- 70





**Ватрушка с творогом «Улитка»**



# Лето

## УЖИН

Рыба, запеченная  
с картофелем по-русски «Прогулка на яхте» - 200  
Молоко кипяченое - 200  
Хлеб пшеничный - 20  
Хлеб ржано-пшеничный - 40  
Яблоко - 100



### ПРИМЕЧАНИЕ:

*«Волны» на картофеле изготовлены из соуса*





**Рыба, запеченная  
с картофелем по-русски «Прогулка на яхте»**



# Осень

## ЗАВТРАК

### ЗАВТРАК

Суп молочный с макаронными изделиями

«На ложке свесила ножки» - 200

Масло сливочное - 3

Сыр твердый - 7

Чай с молоком - 200

Хлеб пшеничный - 40



### ПРИМЕЧАНИЕ:

*Детям предложен готовый бутерброд из хлеба пшеничного, сливочного масла и сыра в форме «Грибочка»*



**Суп молочный с макаронными изделиями  
«На ложке свесила ножки»**



# Осень

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Сок «Яблочный с мякотью» - 200





Сок «Яблочный с мякотью»



# Осень

## ОБЕД

Икра свекольная «Урожайная корзинка» - 60

Рассольник «Ленинградский» с мясом, со сметаной «Тучки над городом» - 200

Суфле из кур - 70

Рагу из овощей с кабачками «Грибная полянка» - 120

Напиток витаминный - 150

Хлеб пшеничный - 10

Хлеб ржано-пшеничный - 10





Икра свекольная «Урожайная корзинка»





Рассольник «Ленинградский» с мясом, со сметаной  
«Тучки над городом»







Суфле из кур  
Рагу из овощей с кабачками «Грибная полянка»



# Осень

## ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток «Варенец» - 180

Ватрушка с творогом «Розочка»- 70





Ватрушка с творогом «Розочка»



# Осень

## УЖИН

**Рыба, запеченная  
с картофелем по-русски «Осенняя прогулка под  
зонтиком» - 200**

**Молоко кипяченое - 200**

**Хлеб пшеничный - 20**

**Хлеб ржано-пшеничный - 40**

**Яблоко - 100**





**Рыба, запеченная с картофелем по-русски  
«Осенняя прогулка под зонтиком»**



***Приятного  
аппетита!***

