



**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!***

