

Утверждено:
Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение Детский сад
общеразвивающего вида «Мечта»
_____ Н.Н.Ваулина



Примерное 10-дневное меню для организации питания детей от 1,6 до 7 лет в МБДОУ Детский сад «Мечта»

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным Чай с сахаром Хлеб пшеничный с сыром	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным Чай с лимоном Хлеб пшеничный	Каша пшенная молочная с маслом сливочным Компот из чернослива с изюмом Хлеб пшеничный Повидло яблочное	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	Каша манная молочная жидкая Какао с молоком Хлеб пшеничный
Второй завтрак	Сок ,печенье или(пряник)	Яблоки или(бананы)	Сок ,печенье или(пряники)	Яблоки или(бананы)	Сок ,Печенье или(пряники)
Обед	Суп картофельный с бобовыми Бефстроганов из отварного мяса свинины Картофельное пюре с маслом сливочным Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	Суп картофельный с клецками Плов из отварного мяса говядины. Компот из яблoк и изюма Хлеб пшеничный	Щи из свежей капусты со сметаной Макаронные изделия отварные с гуляшом из куриного филе. Компот из кураги Хлеб пшеничный	Суп-лапша на курином бульоне с мясом курицы. Рыба тушёная с овощами в томатном соусе Каша гречневая рассыпчатая. Компот из сухофруктов и шиповника Хлеб пшеничный	Борщ со сметаной Жаркое по- домашнему с тушёным мясом говядины Компот из кураги и изюма Хлеб пшеничный
Полдник	Суп молочный с вермишелью Какао с молоком.Яйцо варёное	Булочка домашняя Кисель .	Запеканка из творога со сгущёным молоком Компот из яблoк и кураги Хлеб пшеничный	Пирожок с морковкой Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Каша рисовая молочная с маслом сливочным.Чай с сахаром
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Макаронные изделия отварные с сыром Компот из яблoк и изюма Хлеб пшеничный	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным Чай с сахаром Хлеб пшеничный с повидлом	Каша манная молочная с маслом сливочным Компот из кураги и изюма Хлеб пшеничный.Яйцо варёное	Каша молочная «Дружба» с маслом сливочным Какао Хлеб пшеничный	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный
Второй завтрак	Сок ,печенье или(пряник)	Яблоки или(бананы)	Сок ,печенье или(пряник)	Яблоки или(бананы)	Сок ,печенье или(пряник)
Обед	Суп вермишелевый с курицей. Овощное рагу. Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	Суп-пюре гороховый Рис припущенный с овощами.Рыба , запечённая в молочном соусе. Компот из чернослива с изюмом Хлеб пшеничный	Рассольник со сметаной Каша гречневая рассыпчатая с овощами Котлета мясная(свинина) Компот из яблoк и кураги Хлеб пшеничный	Суп крестьянский с крупой со сметаной Зразы из рыбы Картофельное пюре с маслом сливочным Компот из сухофруктов и шиповника Хлеб пшеничный	Свекольник со сметаной Крупеник из перловки с отварным мясом говядины. Компот из изюма Хлеб пшеничный
Полдник	Ватрушка с яблоками Кофейный напиток с молоком	Булочка с творогом Какао	Суп молочный с лапшой Компот из плодов свежих (апельсин) Хлеб пшеничный	Манник Молоко кипяченое	Ватрушка со сметаной Кисель .