

10- дневное меню для ДОУ 1 недели Заведующий МБДОУ д/с «Золотой ключик» п. Муромцево

Утверждено

М.В.Рачкова

Понедельник (1 день)	Вторник (2 день)	Среда (3 день)	Четверг (4 день)	Пятница (5 день)
Завтрак				
Каша пшеничная молочная	Каша пшеничная молочная, яйцо вареное 1/2	Каша кукурузная молочная	Вермишель молочная, яйцо вареное 1/2	Каша геркулесовая молочная
Булка, масло,	Булка, сыр	Булка, масло	Булка, сыр	Булка, масло
Кофейный напиток	Какао или чай с молоком	Кофейный напиток	Какао с молоком	Кофейный напиток
2-й завтрак				
Напиток из шиповника или кефир	Сок или лимонный напиток	Фрукт или кефир	Компот из изюма или фрукт	Сок или фрукт
Обед				
Салат морковный или морковь порционно	Салат свекольный	Салат капусты с морковью	Огурец свежий или икра кабачковая	Салат морковный с изюмом или яблоком
Щи из свежей капусты с мясом говядины и сметаной	Суп картофельный с говядины	Суп гречневой крупой на курином бульоне	Рассольник «Ленинградский» с мясом говядины и сметаной	Борщ с мясом говядины и сметаной
Греча с маслом или картофельное пюре	Рис с маслом	Макаронны с маслом		Картофельное пюре
Котлета из говядины с подливой	Печень по-строгановски со сметанным соусом	Суфле куриное в томатном соусе	Ленивые голубцы с мясом говядины	Биточки рыбные запеченные с овощами
Компот из с/фр хлеб, булка	Компот из изюма, хлеб	Сок, хлеб, булка	Лимонный напиток или компот из с/фруктов	Напиток из шиповника, хлеб, булка
Полдник				
Сырники творожные	Морковно-манный пудинг	Салат из зеленого горошка	Запеканка из творога с повидлом (Тортик творожный)	Омлет, булка
стуженное молоко или ягоды протертые	Стуженное молоко	Рыба под омлетом		Салат из кукурузы консервированной
Чай сладкий	Чай сладкий	Чай с лимоном	Чай витаминизированный	Кисель фруктово-ягодный

10-дневное меню для ДОУ 2 неделя

Понедельник (6 день)	Вторник (7 день)	Среда (8 день)	Четверг (9 день)	Пятница (10 день)
Завтрак				
Каша кукурузная молочная	Каша манная молочная	Каша «Дружба» молочная, яйцо вар 1/2	Каша гречневая молочная	Каша пшеничная молочная
Булка, масло	Булка, сыр	Булка, масло	Булка, сыр	Булка, масло
Какао с молоком	Чай или кофе с молоком	Кофе с молоком	Какао с молоком	Кофе с молоком
2-й завтрак				
Напиток из шиповника	Сок или лимонный напиток	Фрукт	Компот из изюма или фрукт	Сок или фрукт
Обед				
Салат свежей капусты с морковью	Салат морковный	Салат свекольный	Огурец свежий или помидор порционно, или свекла порционно	Салат из капусты с морковью
Свекольник со сметаной	Суп картофельный с клецками и мясом говядины	Суп вермишелевый на курином бульоне	Суп рыбный (уха)	Суп картофельный с мясом (ясли) Суп гороховый с мясом и гречками (сад)
Рис отварной или греча отварная	Жаркое по-домашнему		Сложный гарнир: картофельное пюре с капустой тушеной	Макаронные отварные
Бефстроганов из говядины		Кнели (ежики) куриные в томатно-сметанном соусе	Котлета из говядины	Котлета рыбная с подливой
Компот из с/фр, хлеб, булка	Компот из изюма, хлеб	Компот из с/фруктов хлеб, булка	Сок, хлеб	Лимонный напиток, хлеб
Полдник				
Блины со стуженным молоком или повидлом	Капуста тушеная с маслом, булка, яйцо вареное 1/2	Картофельные котлеты	Пудинг творожный	Драчена
Чай сладкий	Пирог печеный с повидлом или булочка сдобная	Со сметаной	Со стуженным молоком	булка
	Чай сладкий с лимоном	Чай сладкий	Чай сладкий	Чай витаминизированный