

## Примерное десятидневное меню

Утверждаю:

Заведующий

МАДОУ "Детский сад №6"

*А.А. Коренькова*

Приказ № 38 от 27.08.2020

понедельник 1 неделя	вторник 1 неделя	среда 1 неделя
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным
Кофейный напиток с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток
Хлеб с маслом	Хлеб с маслом, сыром	Хлеб с маслом и яйцом
<b>2 Завтрак</b>	<b>2 Завтрак</b>	<b>2 Завтрак</b>
Сок (100)	Сок (100)	Сок (100)
<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом говядины	Свекольник со сметаной, с мясом говядины	Рассольник с крупой и сметаной, с мясом говядины
Биточки (котлеты) из мяса говядины, залеченные с молочным соусом	Гуляш из отварного мяса говядины	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	Картофельное пюре	Подлив
Компот из сухофруктов	Напиток из шиповника	Компот из кураги с витамином С
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>
Напиток из шиповника	Молоко кипяченое	Напиток из шиповника
Кондитерские изделия	Фрукты	Кондитерские изделия
<b>Ужин</b>	<b>Ужин</b>	<b>Ужин</b>
Сдоба обыкновенная	Запеканка творожная	Биточки (котлеты) рыбные
Салат из свеклы с яблоками	Повидло	Сдоба обыкновенная
	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом (60)
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Чай с сахаром	Какао с молоком	Чай с сахаром (200)

<b>четверг 1 неделя</b>	<b>пятница 1 неделя</b>	<b>понедельник 1 неделя</b>
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	Каша манная молочная с маслом сливочным	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным
Какао с молоком	Кофейный напиток с молоком	Кофейный напиток
Хлеб с маслом и сыром	Хлеб с повидлом	Хлеб с маслом
<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>
Сок (100)	Сок (100)	Сок (100)
<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
Суп-пюре из овощей на курином бульоне	Суп Харчо, с мясом говядины	Суп с клецками на курином бульоне, с мясом кур
Гренки (сухарики)	Тефтели рыбные	Биточки (котлеты) из мяса кур
Мясо кур отварное в соусе	Соус сметанный	Подлив молочный
Макаронные изделия отварные	Картофельное пюре с морковью	Овощи тушеные
Компот из изюма с витамином С	Компот из свежих фруктов с витамином С	Компот из сухофруктов с витамином С
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>
кефир	Напиток из шиповника	Молоко кипяченое
Фрукты	Кондитерские изделия	Кондитерские изделия
<b>Ужин</b>	<b>Ужин</b>	<b>Ужин</b>
Салат из белокочанной капусты с кукурузой растительным маслом	Салат из моркови с растительным маслом/ яблоком	Картофельное пюре с маслом, на цельном молоке
Картофель под омлетом	Ватрушка с творогом	Гороше зеленый с яйцом
Хлеб пшеничный	Фрукты , Хлеб	Чай с сахаром (200)
Чай с лимоном	Чай	Хлеб пшеничный

<b>Вторник 7 день</b>	<b>Среда 8 день</b>	<b>Четверг 9 день</b>
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным)	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным
Чай с сахаром	Кофейный напиток с молоком	Чай с молоком
Хлеб с маслом и сыром	Хлеб с маслом и яйцом	Хлеб с маслом и сыром
<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>
Сок (100)	Сок (100)	Сок(100)
<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
Борщ со сметаной, с мясом говядины	Суп-пюре гороховый, с мясом говядины	Суп лапша на курином бульоне
Мясо говядины, тушеное с овощами	Гренки (сухарики)	Тефтели куриные / биточки

Кисель из концентрата на плодовых и ягодных экстрактах	Котлеты из мяса говядины, запеченные с молочным соусом	Морковь тушеная
Хлеб ржаной	Перловка	Компот из изюма с витамином С
Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>
Напиток из шиповника	Напиток из шиповника	Кефир
Фрукты	Кондитерские изделия	Фрукты
<b>Ужин</b>	<b>Ужин</b>	<b>Ужин</b>
Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	Салат из свеклы с огурцом соленым	Салат из белокочанной капусты с кукурузой растительным маслом
Сырники из творога / повидло	Суфле из рыбы	Пирожок и повидлом
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Чай с молоком	Какао	Чай с молоком
<b>пятница 10 день</b>		
<b>Завтрак</b>		
Каша кукурузная с ячневой молочная с маслом сливочным		
Кофейный напиток с молоком		
Хлеб с повидлом		
<b>Второй завтрак</b>		
Сок (100)		
<b>Обед</b>		
Суп картофельный с мясом		
Рыба, тушенная с овощами		
Картофельное пюре		
Компот из кураги		
Хлеб ржаной		
Хлеб пшеничный		
<b>Полдник</b>		
Молоко кипяченое		
Кондитерские изделия		
<b>Ужин</b>		
Запеканка из творога с рисом		
Соус молочный (для подачи к блюду)		
Хлеб пшеничный		
Салат из моркови с растительным маслом		
Чай с лимоном		