

Примерное десятидневное меню
 для детей муниципального бюджетного дошкольного
 образовательного учреждения
 детский сад № 33
 весна-лето.

Первая неделя (сад)

понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Завтрак				
Яйцо отварное. Икра кабачковая. Печенье. Кофейный напиток черный.	Каша манная жидкая с маслом и сахаром. Бутерброд с маслом и сыром. Напиток кофейный с молоком.	Пудинг из творога (запеченный). Соус сметано-молочный. Бутерброд с маслом. Какао с молоком.	Омлет натуральный. Салат из зеленого горошка консервированного. Бутерброд с маслом. Напиток кофейный с молоком.	Сырники из творога. Соус сметано-молочный. Бутерброд с маслом. Какао с молоком.
Завтрак 2				
Сок	Сок	Сок	Сок	Сок
Обед				
Салат из капусты белокочанной. Суп картофельный с пшенной крупой. Запеканка из печени с рисом. Хлеб. Компот из сушеных фруктов.	Помидор свежий. Суп картофельный с рисом на мясном бульоне. Рагу овощное. Биточки рубленые из говядины. Хлеб. Компот из свежих плодов.	Огурец свежий. Суп лапша на курином бульоне. Картофель тушеный с курицей. Хлеб. Компот из свежих плодов.	Свекла кусочком. Борщ с картофелем. Каша гречневая рассыпчатая с маслом. Гуляш из отварного мяса. Хлеб. Компот из свежих плодов.	Салат из свежих помидоров и огурцов. Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне. Котлета рубленая из свинины. Рис отварной. Хлеб. Компот из свежих плодов.
Полдник				
Кефир. Пирожок с повидлом. Яблоко.	Бифидум. Хлеб пшеничный. Яблоко.	Кефир. Булочка дорожная. Яблоко.	Бифидум. Хлеб пшеничный. Яблоко.	Бифидум. Вафли. Яблоко.
Ужин				
Каша пшеничная жидкая с сахаром	Суфле из рыбы. Икра морковная.	Каша рисовая жидкая с сахаром	Суп молочный с макаронными	Суп молочный с гречневой

и маслом. Хлеб пшеничный. Чай с сахаром.	Хлеб. Чай с сахаром.	и маслом. Хлеб пшеничный. Молоко кипяченное.	изделиями. Хлеб пшеничный. Чай с сахаром.	крупой. Хлеб пшеничный. Чай с молоком.
Вторая неделя				
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Завтрак				
Яйцо отварное. Икра кабачковая. Печенье. Кофейный напиток черный.	Каша манная жидкая с маслом и сахаром. Бутерброд с маслом и сыром. Напиток кофейный с молоком.	Пудинг из творога (запеченный). Соус сметано- молочный. Бутерброд с маслом. Какао с молоком.	Омлет натуральный. Салат из зеленого горошка консервированно го. Бутерброд с маслом. Напиток кофейный с молоком.	Сырники из творога. Соус сметано- молочный. Бутерброд с маслом. Какао с молоком.
Завтрак 2				
Сок	Сок	Сок	Сок	Сок
Обед				
Суп картофельный с горохом лушеным. Печеночные биточки. Пюре картофельное. Хлеб. Компот из сушеных фруктов.	Икра свекольная. Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне. Каша пшенная рассыпчатая с маслом. Биточки рубленные из говядины. Хлеб. Компот из свежих плодов.	Салат из свежих помидоров и огурцов. Бульон куриный с гренками. Макаронник. Хлеб. Компот из свежих плодов.	Огурец свежий. Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне. Плов из отварной говядины. Хлеб. Компот из свежих плодов.	Помидор свежий. Суп картофельный с пшеничной крупой на мясном бульоне. Капуста тушеная. Котлета рубленная из свинины. Хлеб. Компот из свежих плодов.
Полдник				
Бифидум. Булочка с повидлом. Яблоко	Кефир. Хлеб пшеничный. Яблоко.	Бифидум. Булочка домашняя. Яблоко.	Кефир. Хлеб пшеничный. Яблоко.	Бифидум. Пряник. Яблоко
Ужин				
Каша пшенная жидкая с сахаром и маслом. Хлеб пшеничный. Чай с сахаром.	Рис отварной. Котлета рыбная запеченная. Салат из свежих помидоров и огурцов. Хлеб. Чай с сахаром.	Каша овсяная жидкая с сахаром и маслом. Хлеб пшеничный. Молоко кипяченное.	Суп молочный с гречневой крупой. Хлеб пшеничный. Чай с сахаром.	Суп молочный с макаронными изделиями. Хлеб пшеничный. Чай с молоком.