

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с 33
Артенюк Н.Н.



Примерное десятидневное меню
для детей муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения
детский сад № 33
на осенне-зимний период
Первая неделя (ясли)

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				
Яблоко	Яблоко	Яблоко	Яблоко	Яблоко
Обед				
Салат из капусты белокочанной. Щи из квашеной капусты и картофеля. Запеканка из печени с рисом. Хлеб. Компот из сушеных фруктов.	Салат из репчатого лука. Суп картофельный с рисом на мясном бульоне. Рагу овощное. Котлета рубленая из говядины. Хлеб. Компот из сушеных фруктов.	Салат из квашеной капусты с луком. Суп лапша на курином бульоне. Картофель тушеный с курицей. Хлеб. Компот из сушеных фруктов.	Огурец соленый. Борщ с картофелем на мясном бульоне. Каша гречневая рассыпчатая с маслом. Гуляш из отварного мяса. Хлеб. Компот из сушеных фруктов.	Помидор соленый. Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне. Котлета рубленая из свинины. Рис отварной. Хлеб. Компот из сушеных фруктов.
Полдник				
Кефир. Пирожок с повидлом.	Бифидум. Хлеб пшеничный.	Ряженка. Булочка дорожная.	Бифидум. Хлеб пшеничный.	Кисель из концентрата плодового или ягодного. Хлеб пшеничный.

Ужин				
Каша пшеничная жидкая с сахаром и маслом. Хлеб пшеничный. Чай с сахаром.	Суфле из рыбы. Икра морковная. Хлеб. Чай с сахаром.	Каша овсяная жидкая с сахаром и маслом. Хлеб пшеничный. Молоко кипяченое.	Сельдь. Салат из свеклы. Хлеб. Чай с сахаром.	Суп молочный с гречневой крупой. Чай с молоком.
Вторая неделя (ясли)				
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				
Яблоко	Яблоко	Яблоко	Яблоко	Яблоко
Обед				
Суп картофельный с горохом лушеным. Картофель тушеный с мясом. Хлеб. Компот из сушеных фруктов.	Икра свекольная. Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне. Каша пшеничная рассыпчатая с маслом. Биточки рубленные из говядины. Хлеб. Компот из сушеных фруктов.	Салат из квашеной капусты с луком. Бульон куриный с гренками. Макаронник. Хлеб. Компот из сушеных фруктов.	Огурец соленый. Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне. Плов из отварной говядины. Хлеб. Компот из сушеных фруктов.	Салат из репчатого лука. Суп картофельный с пшеничной крупой на мясном бульоне. Капуста тушеная. Котлета рубленная из свинины. Хлеб. Компот из сушеных фруктов.
Полдник				
Бифидум. Булочка с повидлом.	Кефир. Хлеб пшеничный.	Йогурт. Булочка домашняя.	Кефир. Хлеб пшеничный.	Кисель из концентрата плодового или ягодного. Пряник.
Ужин				
Каша пшеничная	Рис отварной.	Каша рисовая	Сельдь.	Суп молочный с

жидкая с сахаром и маслом. Хлеб пшеничный. Чай с сахаром.	Котлета рыбная запеченная. Помидор соленый. Хлеб. Чай с сахаром.	жидкая с сахаром и маслом. Хлеб пшеничный. Молоко кипяченое.	Картофель отварной. Хлеб. Чай с сахаром.	макаронными изделиями. Хлеб пшеничный. Чай с молоком.
--	---	---	---	---