

**Примерное 10-дневное меню  
МБДОУ № 5 (1-я неделя)**



**УТВЕРЖДЕНО:**  
Заведующая МБДОУ №5  
**Котова М.В.**

п/п	ЗАВТРАК	II ЗАВТРАК	ОБЕД	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК
1	Суп молочный с гречневой крупой Чай с молоком, сахаром Бутерброд с сыром Йогурт отварное	Сок фруктовый	Салат из квашеной капусты Суп вермишелевый Жаркое по-домашнему Компот из изюма Хлеб Яблоко	Суфле рыбное Рис с овощами Чай хлеб
2	Омлет Зелёный горошек Кофейный напиток Хлеб	Кефир	Салат из свежих овощей Суп рыбный Шницель, соус красный Картофельное пюре Сок Хлеб	Сырники со ступшённым молоком Чай Хлеб Фрукт печенье
3	Запеканка творожная с молочным соусом Чай с молоком Хлеб	фрукты	Салат: солёный огурчик Щи Рагу из птицы Кисель из шиповника Хлеб	Биточки из курицы Капустга туш. Хлеб Чай Булочка Российская
4	Каша манная Какао с молоком Бутерброд с сыром	Простокваша фруктовая	Салат из моркови Рассольник Ленинградский Котлета любительская рыбная Картофель отварной Морс из свежих яблок Хлеб фрукт	Печень говяжья по-строгановски Макаронны отварные Сок Вафли Хлеб
5	Каша пшеничная Кофейный напиток Бутерброд с сыром	фрукты	Салат картофельный с солёным огурцом Свекольник Плов Компот из чернослива\витаминный напиток Хлеб	Биточки рыбные с соусом Пюре картофельное Чай хлеб