

Утверждаю:
Заведующая МБДОУ
Починковским детским садом №2
В. Д. Елизарова
« 21 » 01 2012 г.



Примерное десятидневное меню МБДОУ Починковский детский сад №2

	завтрак	обед	полдник
1	1.Вермишель отварная с сыром и сливочным маслом. 2.Чай сладкий. Печенье. 2 завтрак: 1.Сок фруктовый.	Салат из квашеной капусты с раст. маслом 1.Суп картофельный на курином бульоне с зеленым горошком. Хлеб ржаной. 2.Куры запеченные, рис. 3.Компот ассорти.	1. Кофейный напиток с молоком. 2. Гренки с яйцом.
2	1.Каша геркулесовая со сливочным маслом. 2.Какао с молоком Бутерброд со сливочным маслом. 2 завтрак: 1. Фрукты.	1.Щи рыбные (горбуша). Хлеб ржаной. 2.Котлета мясная с картофельным пюре, свежий огурец. 3. Напиток фруктовый.	1.Кисель фруктовый. 2. Бутерброд с вареным сгущенным молоком
3	1.Пудинг творожный с изюмом, повидло. 2.Кофейный напиток с молоком. Бутерброд со сливочным маслом. 2 завтрак: 1.Фрукты.	1.Щи молочные с рубленым яйцом. Хлеб ржаной 2.Сосиска отварная, гречка со сметано – томатным соусом. 3.Компот из свежих фруктов.	1. Чай сладкий. 2. Выпечка.
4	1.Омлет со сливочным маслом, зеленый горошек. 2.Какао с молоком. Бутерброд со сливочным маслом 2 завтрак: 1.Фрукты	1. Рассольник на м/к бульоне со сметаной. Хлеб ржаной. 2.Овощное рагу с мясом, свежий помидор. 3. Напиток лимонный.	1. Кисло - молочный напиток «Снежок». 2.. Зефир. Сдоба.
5	1. Каша манная со слив. маслом мармел. 2.Коф. напиток с молоком. Бутерброд со слив. маслом 2 завтрак: 1.Фрукты.	1.Борщ мясной со сметаной. Хлеб ржаной. 2.Рыба тушеная, рис с томатным соусом. 3.Напиток из свежих фруктов.	1. Кисель фруктовый. 2. Кондитерские изделия.
6	1.Оладьи со сгущенным молоком. 2.Чай сладкий. 2 завтрак: 1.Сок фруктовый.	Салат из кв. капусты с растит. маслом. 1.Суп гороховый на мясном бульоне с гренками. Хлеб ржаной. 2.Бефстроганов, отварная вермишель. 3. Напиток фруктовый.	1.Какао с молоком. 2.Бутерброд с сыром.
7	1. Омлет со сливочным маслом, кабачковая икра. 2.Кофейный напиток с молоком. Бутерброд со сливочным маслом. 2 завтрак: 1.Фрукты.	1. Сельдь солёная. 2. Суп - лапша на курином бульоне. Хлеб ржаной. 2.Гуляш из куриного мяса, гречка. 3. Напиток фруктовый.	1.Кисло - молочный напиток «Снежок». 2. Зефир. Сдоба.
8	1. .Каша пшеничная со сливочным маслом 2. Какао с молоком. Бутерброд со сливочным маслом 2 завтрак: 1.Фрукты.	1. Суп молочный с клецками. Хлеб ржаной. 2.Голубцы ленивые с мясом, свежий огурец. 3. . Напиток лимонный.	1. . Кисель фруктовый. 2. Выпечка.
9	1.Вермишель молочная со сливочным маслом. 2. Кофейный напиток с молоком. Бутерброд со сливочным маслом. 2 завтрак: 1.Фрукты.	1. Щи мясные со сметаной. Хлеб ржаной. 2.Сырники с изюмом со сгущенным молоком. 3. Сок фруктовый.	1Чай сладкий. 2.Гренки с сыром.
10	1. .Каша рисовая со сливочным маслом. 2 Напиток фруктовый. Бутерброд со сливочным маслом 2 завтрак: 1.Фрукты.	1.Борщ мясной со сметаной. Хлеб ржаной. 2.Котлета рыбная, картофельное пюре, свежий помидор. 3.Компот из с/ фруктов.	1.Какао с молоком. 2.Кондитерские изделия.