

Согласовано

Утверждаю

Заведующий МДОАУ

Детским садом « Солнышко»



Мокрицкая Г.

20 г.

Примерное десятидневное меню

Муниципального дошкольного образовательного

автономного учреждения

Детского сада « Солнышко» с Томское

для детей дошкольного возраста

с 10,5- часовым пребыванием

в детском саду

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
Каша гречневая; молочная; Какао; Бутерброд с сыром	Рис с овощами; Чай с лимоном; Бутерброд с маслом	Каша манная; Молочный какао; Бутерброд с сыром	Каша геркулесовая; Молочная; Кофейный напиток; Бутерброд с маслом	Суп паутинка; Чай сладкий; Бутерброд с сыром	Каша пшеничная; Кофейный напиток; Бутерброд с маслом	Вермишель отварная; Масло; Яйцо; Бутерброд с сыром; Чай с молоком	Каша пшеничная; Молочная; Кофейный напиток; Бутерброд с маслом	Каша геркулесовая; Какао; Кофейный напиток; Бутерброд с сыром	Каша "Дружба" на молочной; Кофейный напиток; Бутерброд с маслом
II Завтрак									
Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Снежок	Сок	Сок
Обед									
Рассольник с курицей; сметаной; Колбаса; ветчинная; Рожки; отварные; масло; Кисель; Хлеб	Салат зимний с крессьянкой; сметаной; Печень с соусом; Картофельное пюре; Компот (с/ф); Хлеб	Свежий помидор; Суп с курицей; сметаной; Печень в котлете; мясная; Гречка; отварная; Компот (с/ф); Хлеб	Суп (сайра); Ленивые голубцы; говядиной; Компот (с/ф); Хлеб	Солёный огурец; из капусты; курицей; сметаной; Жаркое куринным филе; Кисель; Хлеб	Салат витаминный; Суп скартофельный с фасолью; мясом; Бульоне; Плов; Жаркое говяжьей; Компот (с/ф); Хлеб	Салат свежего помидора; Борщ мясным; Бульоне; Жаркое говяжьей; Кисель; Хлеб	Салат зимний с мясными; фрикадельками; на Печень в соусе; Компот с изюминка; Хлеб	Салат свежика с черносливом; Суп с морской; капустой, курицей, сметаной; Котлета; мясная в соусе; Рожки; отварные; масло; Кисель; Хлеб	Салат с морковью; яблоком; гренками; на куринном; бульоне; Гороховое пюре; курицей; Компот (с/ф); Хлеб
Полдник									
Икра; кабачковая; Омлет; молоко; Хлеб; Печенье; Яблоко	Каша пшеничная; Кофе; молоко; Яблоко	Ленивые вареники; на масле; Чай; Конфета	Макаронные изделия; Чай; сыр; Хлеб; Вафли	Каша гречневая; молочная; Какао; молоко; Хлеб	Гуляш куриный; филе; Гречка; отварная; молоко; Хлеб; Булочка	Каша манная; молочная; Какао; молоко; Хлеб	Сырники; стущёным; молоком; Чай	Рыба запечённая; овощей; Кефир; Хлеб	Манная из запеканка; повидлом; Варенец