

УТД ЖДАЮ:

Заведующий МДОУ

Детского сада «Солнышко»

г. Томское

Г.Ф. Мокрицкая

Приказ № 58 от 01.10.2022г.



Примерное 10-ти дневное меню

Возрастная категория от 1,5 до 3х /от 3х до 7 лет/

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт., -сост.: А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный.- К.: А.С.К., 2013-680с/

Первая неделя					
	День 1	День 2	День 3	День 4	День 5
Завтрак	Каша манная молочная	Каша геркулесовая молочная	Каша пшеничная молочная	Каша гречневая молочная	Каша рисовая молочная
	Кофейный напиток на молоке	Чай с сахаром	Какао на молоке	Кофейный напиток на молоке	Какао на молоке
2-й завтрак	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом м с сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом
	Сок	Фрукт	Сок	Снежок	сок
Обед	Отулец солёный	Салат из свежей капусты	Салат из свеклы	Салат из отварных овощей	Сельдь солёная
	Суп куриный с вермишелью	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	Суп с клецками на курином бульоне	Суп гороховый с гречками на курином бульоне	Свекольник на курином бульоне со сметаной
	Горошница	Котлета рыбная с соусом	Рагу из овощей с курицей	Котлета мясная с соусом	Котлета из курицы с соусом
	Гуляш из курицы	Рис рассыпчатый	Рис из овощей с курицей	Рис отварной	Картофельное пюре
	Компот из с/ф	Компот из с/ф	Компот из с/ф	Компот из с/ф	Компот из с/ф
Полдник	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный
	Макароны с сыром	Ватрушка с творогом	Омлет Хлеб	Запеканка из манной крупы со сгущ. Мол.	Ватрушка с повидлом
	Чай с лимоном	Кофейный напиток на молоке	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с лимоном

Вторая неделя					
	День 6	День 7	День 8	День 9	День 10
Завтрак	Каша пшённая молочная	Суп молочный с макарон. Издел.	Каша «Дружба» молочная	Каша геркулесовая молочная	Каша манная молочная
	Чай с сахаром	Кофейный напиток на молоке	Чай с лимоном	Кофейный напиток на молоке	Какао на молоке
2-й завтрак	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом
	Сок	Фрукт	Сок	Снежок	Сок
Обед	Салат из свежей капусты	Огурец солёный	Салат из свеклы	Винегрет	Салат из отварных овощей
	Суп рыбный	Суп рисовый с фрикадельками	Суп яичный на курином бульоне	Суп из овощей на курином бульоне	Борщ на мясном бульоне со сметаной
	Бефстроганов из печени	Жаркое по домашнему с курицей	Рыба тушёная с овощами	Котлета из курицы с соусом	Тефтели мясные с соусом
	Макаронь отварные	Компот из с/ф	Картофельное пюре	Каша гречневая	Рис отварной
	Компот из с/ф	Хлеб ржано-пшеничный	Компот из с/ф	Хлеб ржано-пшеничный	Компот с/ф
Полдник	Плов с курицей	Сырники со ступшённым молоком	Хлеб ржано-пшеничный омлет	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный
	Хлеб	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Булочка с сахаром или пряник	Запеканка из творога с морковью
	Какао на молоке	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Какао на молоке	Чай с лимоном