

**Примерное 10-дневное меню
МБ ДОУ Кочкуровского детского сада**

День недели	Завтрак	Второй завтрак	Обед	Полдник
1.	1. Вермишель отварная с сыром 2. Чай с молоком 3. Батон нарезной со слив. маслом	1 Фрукты (яблоко)	1. Щи из свежей капусты с картофелем с мясом, со сметаной. 2. Гречка отварная + гуляш из говядины 3. Компот из сухофруктов 4. Хлеб ржаной.	1. Какао с молоком 2. Оладьи со сгущенным молоком.
2.	1. Каша манная молоч. со сл.м 2. Чай сладкий 3. Печенье	1. сок фруктовый	1. Суп картофельный с бобовыми и мясом 2. Овощное рагу с мясом 3. Компот из сухофруктов 4. Хлеб ржаной.	1. Кофейный напиток. 2. Батон нарезной со сливочным маслом. 3. Яйцо вареное
3.	1. Каша вязкая пшеничная со сливочным маслом. 2. Какао с молоком, 3. Батон нарезной с сыром.	1. Фрукты (банан)	1. Борщ с капустой, картофелем и мясом со сметаной 2. Картофельное пюре+ рыба тушеная с овощами + соленая помидора 3. Компот из сухофруктов 4. Хлеб ржаной.	1. Чай 2. Винегрет овощной 3. Батон нарезной
4.	1. Каша вязкая гречневая 2. Чай сладкий 3. Батон нарезной со сливочным маслом.	1. сок фруктовый	1. Суп картофельный с мак. изделиями и мясом 2. Гороховое пюре с мясной котлетой 3. Напиток лимонный 4. Хлеб ржаной	1. Кофейный напиток. 2. Пирог с повидлом.
5.	1. Каша рисовая вязкая со сл. маслом 2. Чай сладкий 3. Батон нарезной с сыром.	1. Фрукты (груша)	1. Суп картофельный с рыбными консервами. 2. Капуста с мясом. 3. Компот из сухофруктов 4. Хлеб ржаной	1. Какао 2. Запеканка из творога
6.	1. Каша манная молочная со сливочным маслом. 2. Кофейный напиток 3. Печенье.	1. сок фруктовый	1. Щи из свежей капусты с картофелем с мясом, со сметаной. 2. Картофель тушеный с мясом+ соленый огурец 3. Компот из сухофруктов. 4. Хлеб ржаной	1. Чай с молоком. 2. Батон нарезной со сливочным маслом. 3. Яйцо вареное
7.	1. Вермишель молочная 2. Чай сладкий 3. Батон нарезной со сливочным маслом.	1. Фрукты (банан)	1. Суп-уха со свежей рыбой 2. Плов из мяса + салат из капусты 3. Компот из сухофруктов. 4. Хлеб ржаной	1. Какао 2. Ватрушка с творогом
8.	1. Каша «Дружба» со сливочным маслом. 2. Чай с молоком 3. Вафли	1. сок фруктовый	1. Борщ с капустой, картофелем и мясом со сметаной. 2. Гороховое пюре с маслом + рыбная котлета 3. Кисель фруктовый 4. Хлеб ржаной	1. Кофейный напиток 2. Батон нарезной с сыром 3. Винегрет овощной
9.	1. Каша вязкая пшеничная со сливочным маслом. 2. Чай сладкий 3. Печенье	1. Фрукты (яблоко)	1. Рассольник Ленинградский со сметаной 2. Макароны отварные + мясная котлета. 3. Компот из сухофруктов. 4. Хлеб ржаной	1. Какао 2. салат из столовой свеклы 3. Батон нарезной со сливочным маслом
10.	1. Каша вязкая рисовая со сливочным маслом. 2. Чай сладкий, 3. Батон нарезной со сливочным маслом	1. сок фруктовый	1. Щи из свежей капусты с картофелем с мясом, со сметаной 2. Картофельная запеканка с мясом + салат из капусты. 3. Кисель фруктовый 4. Хлеб ржаной	1. Кофейный напиток 2. Сдоба обыкновенная (сладкая плюшка).