



Утверждаю:
 Заведующий МДОУ «Буршевский детский сад»
 Байкова Е.А.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

ДЕНЬ 1		ДЕНЬ 2		ДЕНЬ 3		ДЕНЬ 4		ДЕНЬ 5	
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
1	Яйцо вареное	1	Каша ячневая	1	Каша «Дружба»	1	Вермишель молочная	1	Каша пшеничная
2	Чай сладкий	2	Какао с молоком	2	Кофейный напиток с МОЛОКОМ	2	Какао с молоком	2	Кофейный напиток с МОЛОКОМ
3	Булка с маслом и сыром	3	Булка с маслом	3	Булка с маслом	3	Булка с маслом и сыром	3	Булка с маслом
	Второй завтрак		Второй завтрак		Второй завтрак		Второй завтрак		Второй завтрак
1	Сок/фрукт	1	Сок/фрукт	1	Сок/фрукт	1	Сок/фрукт	1	Сок/фрукт
	Обед		Обед		Обед		Обед		Обед
1	Суп рисовый	1	Суп крестьянский с пшеном	1	Суп гороховый	1	Борщ с мясом и сметаной	1	Суп картофельный
2	Бефстроганов из вареного мяса	2	Голубцы ленивые	2	Тефтели мясные	2	Печень по-строгановски	2	Сосиски
3	Макароны	3	Компот	3	Картофельное пюре	3	Рис	3	Капуста тушеная
4	Компот из сухофруктов	4	Хлеб ржаной	4	Компот из сухофруктов	4	Компот из яблок	4	Компот из сухофруктов
5	Хлеб ржаной	5	Хлеб ржаной	5	Хлеб ржаной	5	Хлеб ржаной	5	Хлеб ржаной
	Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник
1	Кефир	1	Кефир с сахаром	1	Ряженка	1	Вафли	1	Кефир с сахаром
2	Ватрушка с повидлом	2	Печенье	2	Пяник	2	Кефир	2	Печенье
	Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин
1	Рагу овощное	1	Пудинг творожный со сгущенкой	1	Гречка	1	Омлет	1	Салат летний
2	Чай сладкий	2	Чай сладкий	2	Молоко	2	Булка	2	Сырники со сгущенкой
3	Булка	3	Булка	3	Булка	3	Чай сладкий	3	Чай сладкий