


УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №9»
 Ю.В. Зотова

**Примерное 10-дневное меню для организации питания детей,
посещающих дошкольные образовательные учреждения с 12-часовым режимом функционирования**

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ

Временной отрезок	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I завтрак	1. Суп молочный с крупой 2. Печенье 3. Яйцо вареное 4. Чай с сахаром	1. Каша манная молочная с маслом 2. Бутерброд с маслом 3. Кофейный напиток с молоком	1. Каша рисовая молочная с маслом 2. Бутерброд с маслом с сыром 3. Какао с молоком	1. Каша гречневая молочная с маслом 2. Масло сливочное 3. Кофейный напиток с молоком 4. Хлеб пшеничный	1. Каша «Рябчик» молочная с маслом 2. Масло сливочное 3. Какао с молоком 4. Хлеб пшеничный
II завтрак	Сок, печенье или свежие фрукты	Сок, печенье или свежие фрукты	Сок, печенье или свежие фрукты	Сок, печенье или свежие фрукты	Сок, печенье или свежие фрукты
обед	1. Щи из свежей капусты на мкб со сметаной 2. Греча рассыпчатая, гуляш из отварного мяса 3. Икра кабачковая. 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб ржаной	1. Борщ на мкб со сметаной. 2. Голубцы ленивые со сметаной 3. Салат из картофеля с зеленым горошком 4. Компот из с/ф 5. Хлеб ржаной	1. Суп картофельный с клецками на курином бульоне 2. Рулет из мяса птицы с луком и яйцом 3. Пюре картофельное 4. Компот из с/ф 5. Хлеб ржаной	1. Суп картофельный с крупой на мкб со сметаной 2. Суфле из мяса 3. Пюре картофельное с морковью 4. Компот из с/ф 5. Хлеб ржаной	1. Суп «Снежок» с мясом птицы 2. Жаркое по домашнему 3. Икра морковная 4. Кисель 5. Хлеб ржаной
полдник	1. Запеканка морковная с маслом 2. Ватрушка с повидлом 3. Чай с молоком	1. Лапшевник с творогом со сгущенным молоком 2. Чай	1. Овощи тушеные 2. Тефтели рыбные тушеные с соусом сметанным 3. Молоко кипяченое 4. Хлеб пшеничный	1. Запеканка из творога со сгущенным молоком 2. Пирожок печеный с капустой и яйцом 3. Молоко кипяченое	1. Котлеты любительские из рыбы 2. Рис отварной 3. Соус сметанный 4. Чай сладкий

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

Временной отрезок	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I завтрак	<ol style="list-style-type: none"> 1. Каша геркулесовая на сухом молоке с маслом 2. Печенье 3. Масло сливочное 4. Чай с сахаром 5. Яйцо вареное 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Омлет с зеленым горошком 2. Масло сливочное 3. Сыр 4. Какао с молоком 5. Хлеб пшеничный 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Каша пшенная молочная с маслом 2. Масло сливочное 3. Чай с молоком 5. Хлеб пшеничный 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вермишель отварная в молоке с маслом 2. Сыр твердый 3. Масло сливочное 4. Какао с молоком 5. Хлеб пшеничный 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Каша «Дружба» молочная с маслом 2. Масло сливочное 3. Кофейный напиток с молоком 4. Яйцо вареное 5. Хлеб пшеничный
II завтрак	Сок, печенье или свежие фрукты	Сок, печенье или фрукты свежие	Сок, печенье или фрукты свежие	Сок, печенье или фрукты свежие	Сок, печенье или фрукты свежие
обед	<ol style="list-style-type: none"> 1. Суп картофельный с горохом на мкб 2. Биточки мясные 3. Рагу из овощей 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб ржаной 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Свекольник 2. Запеканка картофельная с отварным мясом 3. Компот из сухофруктов 4. Салат из моркови 5. Хлеб ржаной 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Суп картофельный с яйцом на курином бульоне 2. Пюре гороховое с маслом 3. Котлета из курицы 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб ржаной 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Суп картофельный с куриными фрикадельками 2. Плов с курицей 3. Компот из с/х 4. Хлеб ржаной 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Суп из овощей на мкб со сметаной 2. Макаронник с мясом и маслом 4. Компот из с/х 5. Хлеб ржаной
полдник	<ol style="list-style-type: none"> 1. Капуста тушеная 2. Пирог с картофелем и луком 3. Чай с молоком 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Крупеник с маслом 2. Молоко кипяченое 3. Хлеб пшеничный 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рыба запеченная в омлете 2. Свекла тушеная в сметане 3. Кисель 4. Хлеб пшеничный 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Салат из свеклы и моркови 2. Пудинг из творога 3. Чай с молоком 4. Хлеб пшеничный 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Овощи тушеные в молочном соусе 2. Суфле из рыбы 3. Чай с сахаром