ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

ясли, дошкольные группы (осенне-зимний период)

Утверждаю
Заведующая МКДОУ д/с «Тополек»
К.А. Семакина
Приказ № 86 от 14.08.2020 г.

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ЗАВТРАК									
Каши вязкие (манная)	Каши вязкие (рисовая)	Салат из моркови	Запеканка из творога	Каши жидкие (геркулесовая)	Макароны с сыром	Салат из горошка зеленого консервир.	Каши вязкие (ячневая)	Суп молочный с макаронными изделиями	Каши вязкие (пшенная)
Чай с молоком	Какао с молоком	Омлет натуральный	Кисель из концентрата	Какао с молоком	Чай с сахаром	Омлет натуральный	Какао с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток
Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом
		Кофейный напиток	Чай с молоком			Кофейный напиток с молоком			
ЗАВТРАК 2									
Соки овощные или ягодные	Плоды натуральные (свежие)	Соки овощные или ягодные	Соки овощные или ягодные	Плоды натуральные (свежие)	Соки овощные или ягодные	Плоды натуральные (свежие)	Соки овощные или ягодные	Соки овощные или ягодные	Плоды натуральные (свежие)
ОБЕД									
Салат из отварной свеклы с морковью	Салат «Зимний»	Салат из свеклы с сыром	Салат из белокочанной капусты с яблоками	Салат из моркови	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	Салат из белокочанной капусты с морковью	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком с раст. маслом	Салат из моркови с яблоком	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком, растительным маслом
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	Суп пюре из разных овощей с гренками	Щи из свежей капусты с картофелем	Суп-лапша домашняя с курицей	Уха рыбацкая	Суп картофельный с бобовыми	Рассольник ленинградский со сметаной	Суп из овощей	Борщ	Суп крестьянский с крупой
Зразы ленивые	Биточек из говядины / Сосиски, сардельки отварные	Биточек рыбный	Плов из курицы	Котлеты, биточки	Жаркое по-домашнему	Фрикадельки из мяса говядины тушеные в соусе	Тефтели	Суфле из печени	Шницель рыбный
Пюре розовое	Капуста тушеная	Пюре картофельное	Компот из свежих яблок	Капуста тушеная	Компот из сухофруктов	Пюре картофельное	Капуста тушеная	Соус красный основной	Пюре картофельное
Компот из кураги	Хлеб ржано-пшен. йодиров.	Компот из сухофруктов	Хлеб ржано-пшен. йодиров.	Компот из сухофруктов	Хлеб ржано-пшен. йодиров.	Соки овощные или ягодные	Компот из сухофруктов	Каша гречневая рассыпчатая	Компот из свежих яблок
Хлеб ржано-пшен. йодиров.	Соки овощные или ягодные	Хлеб ржано-пшен. йодиров.		Хлеб ржано-пшен. йодиров.		Хлеб ржано-пшен. йодиров.	Хлеб ржано-пшен. йодиров.	Компот из свежих яблок	Хлеб ржано-пшен. йодиров.
								Хлеб ржано-пшен. йодиров.	
ПОЛДНИК									
Печенье	Вафли	Пирожки печеные с яблоками	Пряник	Пирожки печеные с капустой	Ватрушка с творогом	Сушка	Запеканка из творога с морковью	Пирожки печеные с повидлом	Вафли
Напиток йогуртовый «Снежинка»	Молоко кипяченое	Чай с сахаром	Молоко кипяченое	Чай с лимоном	Молоко кипяченое	Напиток йогуртовый «Снежинка»	Соус молочный (сладкий)	Молоко кипяченое	Молоко кипяченое
							Батон нарезной		
							Чай с лимоном		