

Согласовано

Ведущий специалист

ТОУ Роспотребнадзора

в Касимовском районе

\_\_\_\_\_ Т.В. Щербаненко

Утверждаю

Заведующая МБДОУ «Д/С №14»

\_\_\_\_\_ Н.А. Попова

**ПРИМЕРНОЕ 10-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ПО МБДОУ «Д/С № 14»  
ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД.**

**I НЕДЕЛЯ**

**ПОНЕДЕЛЬНИК**

Завтрак:	Яйцо вареное, салат из свежей капусты, булка с маслом, сыром, чай сладкий.
Обед:	Суп на курином бульоне, курятина отварная с вермишелью, компот из сухофруктов, хлеб.
Полдник:	Каша рисовая молочная, чай, булка.
Ужин:	Молоко, печенье.

**ВТОРНИК**

Завтрак:	Каша манная молочная, булка с маслом, сыром, какао.
Обед:	Щи из свежей капусты на к/ б со сметанной, котлета из курятины с картофельным пюре, огурец соленый, компот из сухофруктов.
Полдник:	Вареники ленивые с маслом, булка, чай сладкий.
Ужин:	Молоко, сухарик.

### СРЕДА

Завтрак:	Каша молочная «Дружба», булка с маслом, чай с молоком.
Обед:	Салат из квашеной капусты, суп рыбный, котлета мясная, гречка, компот из сухофруктов.
Полдник:	Омлет, винегрет, хлеб, чай сладкий, булка.
Ужин:	Молоко, пирожок с повидлом.

### ЧЕТВЕРГ

Завтрак:	Вермишель молочная, булка с маслом, сыром, какао.
Обед:	Свекольник на мясном бульоне со сметаной, ежики мясные с рожками, соусом, компот из сухофруктов, хлеб.
Полдник:	Рыба тушеная с овощами, картофельным пюре, чай сладкий.
Ужин:	Чай сладкий, печенье.

### ПЯТНИЦА

Завтрак:	Каша гречневая молочная, булка с маслом, какао.
Обед:	Салат из свеклы, суп рассольник со сметаной на к/б, картофель тушеный с курятиной, компот из сухофруктов, хлеб.
Полдник:	Блинчики с маслом, сахаром, чай сладкий.
Ужин:	Молоко, булка.

## II НЕДЕЛЯ

### ПОНЕДЕЛЬНИК

Завтрак:	Рожки отварные с маслом, сахаром, чай сладкий, булка с маслом.
Обед:	Щи из свежей капусты на костном бульоне, плов с мясом, огурец соленый, компот из сухофруктов.
Полдник:	Каша пшенная молочная, чай сладкий, булка.
Ужин:	Молоко, печенье.

### ВТОРНИК

Завтрак:	Каша манная молочная, булка с маслом, сыром, какао.
Обед:	Суп с клецками, сметаной на к/б, солянка с мясом, компот из сухофруктов, хлеб.
Полдник:	Запеканка твороженная с фруктовой подливой, чай.
Ужин:	Молоко, сухарик.

### СРЕДА

Завтрак:	Каша гречневая молочная, булка с маслом, чай с молоком.
Обед:	Борщ из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной, гуляш мясной с рисом, сок яблочный, хлеб.
Полдник:	Котлета рыбная с рожками, ватрушка, чай сладкий.
Ужин:	Молоко, вафля.

## ЧЕТВЕРГ

Завтрак:	Вермишель молочная, булка с маслом, сыром, какао.
Обед:	Салат из моркови, суп гороховый с мясом, сосиска отварная с рожками, компот из сухофруктов, хлеб.
Полдник:	Яйцо вареное, винегрет, хлеб, чай сладкий.
Ужин:	Молоко, пряник.

## ПЯТНИЦА

Завтрак:	Каша геркулесовая молочная, булка с маслом, какао.
Обед:	Салат из свеклы, суп вермишелевый на к/б, курятина отварная с картофельным пюре, сок яблочный, хлеб.
Полдник:	Овощное рагу, чай сладкий, пирожок с повидлом.
Ужин:	Молоко, печенье.