

Утверждаю к применению  
 Заведующий МБДОУ "Детский сад "Орленок"  
 Село Чистенькое  
 Приказ № 145 От 24.05.2024  
 Слепченко Н.П.

Основное 10 дневное меню для питания детей 3-7 лет, посещающих МБДОУ д\сад "Орлёнок"  
 с 10,5 часовым пребыванием в летне-осенний период.

Дни:	Завтраки	Обеды	Полдники
1 день	1.Каша манная молочная жидккая 2.Какао с молоком 3. Хлеб с маслом,сыр 10:00 сок фруктовый	1.Щи со свежей капусты на мясном б-не со сметаной. 2.Котлета мясная в томатно-сметанном соусе. Каша гречневая отварная, помидор свежий 3.Компот из свежих фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1. Котлета рыбная любительская в томатном соусе с овощами. 2.Салат картофельный с зеленым горошком, свежим огурцом. 3. Чай с лимоном 4. Хлеб пшеничный
2 день	1.Каша пшеничная молочная жижкая 2.Кофе с молоком 3.Хлеб с маслом. 10:00 Кефир	1.Рассольник на к\б со сметаной. 2.Плов с птицей, огурец свежий. 3.Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1.Творожная запеканка с джемом. 2.Сок фруктовый
3 день	1.Драчена. Помидор свежий 2.Какао с молоком. 3.Хлеб с маслом,сыр. 10:00 фрукты свежие. (по сезону)	1.Суп картофельный с рыбными фрикадельками. 2.Рулет мясной с луком, яйцом, молочный соус Макроны отварные Огурец свежий 3.Компот из кураги,хлеб пшеничный,ржаной.	1.Запеканка из печени с рисом. 2.Салат с зеленого горошка. 3.Чай с лимоном 4. Хлеб пшеничный 5. Печенье
4 день	1.Каша пшеничная молочная жидккая. 2.Кофе с молоком. 3.Хлеб с маслом,сыр. 10:00 фрукты свежие (по сезону)	1.Борщ зеленый на курином бульоне со сметаной 2.Перец сладкий фаршированный мясом, рисом в томатно сметанном соусе Огурец свежий 3.Сок фруктовый, хлеб пшеничный,ржаной.	1.Ватрушка из дрожжевого теста с повидлом. 2.Молоко кипяченое.
5 день	1.Омлет натуральный. 2.Помидор свежий. 3.Какао с молоком. 4.Хлеб с маслом. 10:00 сок фруктовый.	1.Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне. 2.Жаркое по-домашнему, огурец свежий 3.Кисель из джема,хлеб пшеничный,ржаной.	1.Ленивые вареники с маслом. 2.Молочный соус. 3.Ряженка 4.Печенье галетное.

6 день	1.Каша гречневая молочная жидккая. 2.Какао с молоком. 3.Хлеб с маслом, сыр. 10:00 фрукты свежие (по сезону)	1.Суп картофельный с мясными фрикадельками. 2.Рулет из рыбы. Картофельное пюре, огурец свежий. 3.Компот из сухофруктов,хлеб пшеничный,ржаной.	1.Омлет натуральный. 2.Икра со свежих кабачков. 3.Чай с лимоном. 4.Хлеб пшеничный.
7 день	1.Каша рисовая молочная жидккая. 2.Чай с молоком. 3.Хлеб с маслом. 10:00 сок фруктовый.	1.Борщ с картофелем на курином бульоне со сметаной. 2.Котлета рубленная из птицы в томатно-сметанном соусе. Вермишель отварная. Помидор свежий. 3.Компот с изюма. Хлеб пшеничный,ржаной.	1.Пудинг из творога со сметанным соусом. 2.Кефир.
8 день	1.Каша молочная "Дружба" жидккая. 2.Какао с молоком. 3. Хлеб с маслом, сыр. 10:00 фрукты свежие (по сезону)	1.Свекольник на курином бульоне со сметаной. 2.Рыба припущенная в томатном соусе, картофельное пюре, огурец свежий. 3.Сок фруктовый,хлеб пшеничный,ржаной.	1.Булка с "Посыпкой". 2.Молоко кипяченое.
9 день	1.Рыба в омлете запеченная. 2.Икра со свежих кабачков. 3.Чай с лимоном 4.Хлеб с маслом. 10:00 Фрукты свежие (по сезону)	1.Суп картофельный с клецками на мясном бульоне. 2.Тефтели говяжая в томатно-сметанном соусе. Каша пшеничная отварная, помидор свежий. 3.Хлеб пшеничный,ржаной.	1.Запеканка творожная. 2.Молочный соус. 3.Ряженка.
10 день	1.Суп молочный с макаронными изделиями. 2. Какао с молоком. 3.Хлеб с маслом,сыр. 10:00 сок фруктовый.	1.Суп картофельный с горохом на мясном бульоне. 2.Оладьи из печени со сметанным соусом. Каша пшенная отварная, огурец свежий. 3.Кисель со свежих фруктов. Хлеб пшеничный,ржаной.	1.Каша геркулесовая, молочная. 2.Кофе с молоком 3.Плюшка.