



УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МБДОУ
Семочкина Е.Ф.
Приказ № 43
от 06.09.2021 г

ПРИМЕРНОЕ

10 – ДНЕВНОЕ

МЕНЮ

НА

2021-2022

УЧЕБНЫЙ ГОД

дни	завтрак	2-й завтрак	обед	полдник
День 1-й	Каша манная молочная, хлеб пшеничный с маслом сливочным, какао	Фрукты, сок	Салат овощной(капуст-морк), Суп гороховый на к/б ,хлеб ржаной, хлеб пшеничный, макароны с котлетой, чай	Рис сахарным песком, чай, хлеб пшеничный
День 2-й	Каша геркулесовая молочная, хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыр, кофейный напиток	Фрукты, сок	Суп – гречневый на к/б, рыба тушеная с овощами , хлеб ржаной, хлеб пшеничный, компот из с/фр	Йогурт, Пряники - вафли, Компот из сухоф-ов
День 3-й	Каша рисовая молочная, хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыр, чай с молоком	Фрукты, сок	Салат овощной (зеленый горошек), Суп с вермишелью на к/б, сельдь с картофельным пюре, хлеб ржаной, хлеб пшеничный, чай	Крупа гречневая сахарным песком, чай, хлеб пшеничный
День 4-й	Каша пшенная молочная, хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыр, кофейный напиток,	Фрукты, сок	Щи из свеж. капусты со сметаной на к/б, хлеб ржаной, хлеб пшеничный, ежики, кисель	Запеканка творожная, хлеб пшеничный, кисель
День 5-й	Каша гречневая молочная, хлеб пшеничный с маслом сливочным ,какао,	Фрукты, сок	Салат овощной(кап – морк.), Суп рыбный, хлеб пшеничный, хлеб ржаной, плов с курицей, чай	Йогурт, Пирожок с повидлом , чай,

День 6-й	Каша пшенная молочная, хлеб пшеничный с маслом сливочным, какао	Фрукты, сок	Салат овощной(капустно- морковный), Суп рисовый на к/б, хлеб ржаной, хлеб пшеничный, солянка с курицей, чай	Омлет, чай, хлеб пшеничный
День 7-й	Каша геркулесовая молочная, хлеб пшеничный с маслом сливочным, сыр, кофейный напиток	Фрукты, сок	Суп картофельный на к/б, хлеб пшеничный, хлеб ржаной, ленивые голубцы, кисель	Йогурт, Вафли - пряники, кисель
День 8-й	Каша манная молочная, хлеб пшеничный с маслом сливочным, какао сыр	Фрукты, сок	Салат овощной (зеленый горошек), Суп рассольник на к/б, хлеб ржаной, хлеб пшеничный, гуляш с рисом, чай	Винегрет , Хлеб пшеничный, чай,
День 9-й	Каша «Дружба» молочная, хлеб пшеничный с маслом сливочным, кофейный напиток	Фрукты, сок	Суп-борщ со сметаной на к/б, хлеб ржаной, хлеб пшеничный, макароны с рыбной котлетой, компот из с/фр	Ленивые вареники, хлеб пшеничный ,компот из с/фр,
День 10-й	Вермишель молочная, хлеб пшеничный с маслом сливочным, чай с молоком	Фрукты, сок	Салат овощной(капустно- морковный), Суп рыбный, хлеб пшеничный, хлеб ржаной, картофельное пюре с вареной сосиской (после терм. обработки), чай	Йогурт, Пирожок с повидлом, чай