

Заведующий МБДОУ «Детский сад „Сказка»

города Судогда

Грошенкова Н.А.



Примерное десятидневное меню (осенне-зимний период) с 10-ти (10,5-ти) часовым пребыванием детей

МБДОУ «Детский сад «Сказка» города Судогда (сад)

1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя	9 неделя	10 неделя
понеделник	вторник	среда	четверг	пятница	понеделник	вторник	среда	четверг	пятница
завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
Масло порциями Каша манная Кофейный напиток Хлеб пшеничный с молоком	Масло порциями Сыр порциями Какао с молоком Рисовая каша или вермишель молочная Хлеб пшеничный	Салат из моркови с яблоками Творожный торт Чай с сахаром Хлеб пшенич.	Масло порциями Сыр порцион. Каша пшеничная молочная Какао с молоком Хлеб пшенич.	Масло порциями Каша вязкая из овес хлопьев Яйца вареные Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Масло порциями Каша вязкая молочная из риса и пшена Яйца вареные Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Масло порц. Кофейный напиток с молоком Каша гречневая молочная Хлеб пшенич.	Масло порц. Сыр порциями Чай с сахаром Каша гречневая молочная Хлеб пшеничный	Какао с молоком Суфле творожное со сметаной Хлеб пшеничный Какао Хлеб пшеничный	Масло порц. Сыр порциями Каша пшеничная Кофейный напиток с какао Хлеб пшеничный
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
		Фрукты	Фрукты	Фрукты			Фрукты	Фрукты	Фрукты
обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед
Икра кабачковая Щи из свежей капусты со сметаной Каша гречневая Гуляш из отварной говядины Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Капуста тушеная Биточки из говядины Пюре картофельное Суп рыбный Напиток лимонный Салат из зел. горошка Хлеб ржаной	Суп крестьянский с крупной котлеты рубленные из курицы Макаронные изделия отвар. Напиток из шиповника Салат Хлеб ржаной	Рагу из овощей Бабушкин суп Сок яблочный Биточки по белорусски Огурцы свежие порционно	Салат из свеклы отварной Рассольник ленинградский Рис отварной Компот из сухофруктов Биточки рыбные, запеченные с овощами, сметана	Салат из белокочанной капусты Бефстроганов из отварной говядины Макаронные изделия отварные Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Свекольник со сметаной	Салат из свеклы отвар. Пюре картофельн. Напиток шиповник Суп-пюре гороховый с гречками Биточки рыбные, запеченные с овощами Хлеб ржаной	Борщ с капустой и картофелем Рис отварной компот из сухофруктов Сметана Огурцы свежие Рулет мясной с яйцом и овощами Хлеб ржаной	Суп с макаронными изделиями Рагу из овощей Кнели из куриной грудки Напиток лимонный Морковь с сахаром Хлеб ржаной	Салат из свеклы отварной Плов из говядины Сок абрикосовый Бульон мясной с пирожком Хлеб ржаной

полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник
Вареники ленивые со сметаной Морковь с сахаром Кефир с сахаром Хлеб пшеничный	Винегрет овощной Драчена Кисель из концентрата Хлеб пшеничный	Чай с сахаром Ватрушка Бигус с мясом или манник со сгущенным молоком Хлеб пшеничный	Чай с сахаром Пюре картофельное с морковью Салат рыбный Хлеб пшеничный	Блинчики Кефир с сахаром Морковь с сахаром Хлеб пшеничный	Сырники из творога Кефир с сахаром Сметана Морковь с сахаром Хлеб пшеничный	Чай с лимоном Пирожки печеные из теста с повидлом или джемом Рагу овощное с мясом Хлеб пшеничный	Икра кабачковая Чай с сахаром Мясо тушеное с овощами в соусе Хлеб пшеничный	Бутерброд с джемом Чай с сахаром Котлеты картофельные Соус сметанный или Каша кукурузная Хлеб пшеничный	Чай с сахаром Рыба запеченная в омлете Салат из зеленого горошка Хлеб пшеничный

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Сказка»

города Судогда

Грошеникова Н.А.



Примерное десятидневное меню (осенне-зимний период) с 10-ти часовым пребыванием детей

МБДОУ «Детский сад «Сказка» города Судогда (ясли)

1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя	9 неделя	10 неделя
понеделник	вторник	среда	четверг	пятница	понеделник	вторник	среда	четверг	пятница
завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
Масло порциями Каша манная Кофейный напиток Хлеб пшеничный с молоком	Масло порциями Сыр порциями Какао с молоком Рисовая каша или вермишель молочная Хлеб пшеничный	Салат из моркови с яблоками Творожный торт Чай с сахаром Хлеб пшенич.	Масло порциями Сыр порцион. Каша пшеничная молочная Какао с молоком Хлеб пшенич.	Масло порциями Каша вязкая из овес. хлопьев Яйца вареные Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Масло порциями Каша вязкая из молочной риса и пшена Яйца вареные Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Масло порц. Кофейный напиток с молоком Каша гречневая молочная Хлеб пшенич.	Масло порц. Сыр порциями Чай с сахаром Каша гречневая молочная Хлеб пшеничный	Масло порц. Какао с молоком Суфле творожное со сметаной Хлеб пшеничный	Масло порц. Сыр порциями Каша пшеничная молочная Кофейный напиток с какао Хлеб пшеничный
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
		Фрукты	Фрукты	Фрукты			Фрукты	Фрукты	Фрукты
обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед
Икра кабачковая Щи из свежей капусты со сметаной Каша гречневая Гуляш из отварной говядины Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Капуста тушеная Биточки из говядины Пюре картофельное Суп рыбный Напиток лимонный Салат из зел. горошка Хлеб ржаной	Суп крестьянский с крупой Котлеты рубленые из курицы Макаронные изделия отаар. Напиток из шиповника Салат Хлеб ржаной	Рагу из овощей Суп картофельный Сок яблочный Биточки по-белорусски Огурцы свежие порционно	Салат из свеклы отварной Суп молочный с картофелем Рис отварной Компот из сухофруктов Биточки рыбные, запечённые с овощами, Помидоры свежие	Салат из белокачанной капусты Бефстроганов из отварной говядины Макаронные изделия отварные Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Свекольник со сметаной	Пюре картофельн. Напиток шиповник Суп из овощей Биточки рыбные, запечённые с овощами Помидоры свежие Хлеб ржаной	Борщ с капустой и картофелем Рис отварной компот из сухофруктов Сметана Огурцы свежие Котлеты из говядины Хлеб ржаной	Суп с макаронными изделиями Рагу из овощей Кнели из куриной грудки Напиток лимонный Морковь с сахаром Хлеб ржаной	Салат из свеклы отварной Плов из говядины Сок абрикосовый Суп картофельный Хлеб ржаной

полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник
Вареники ленивые со сметаной Морковь с сахаром Кефир с сахаром Хлеб пшеничный	Салат из свеклы отварной Драчена Кисель из концентрата Хлеб пшеничный	Чай с сахаром Ватрушка Бигус с мясом или манник со сгущенным молоком Хлеб пшеничный	Чай с сахаром Пюре картофельное с морковью Салат рыбный Хлеб пшеничный	Блинчики Кефир с сахаром Морковь с сахаром Хлеб пшеничный	Сырники из творога Кефир с сахаром Сметана Морковь с сахаром Хлеб пшеничный	Чай с лимоном Пирожки печеные из теста с повидлом или джемом Рагу овощное с мясом Хлеб пшеничный	Икра кабачковая Чай с сахаром Мясо тушеное с овощами в соусе Хлеб пшеничный	Бутерброд с джемом Чай с сахаром Котлеты картофельные Соус сметанный Или Каша кукурузная Хлеб пшеничный	Чай с сахаром Рыба, запеченная в омлете Салат из зеленого горошка Хлеб пшеничный	