

Примерное десятидневное меню (осенне-зимний период) с 10 час пребываниям МБДОУ Сказка г. Судогда (сад)

1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя	9 неделя	10 неделя
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
1. Яйцо 1/2 2. Каша «Дружба» 3. Хлеб пшеничный с маслом 4. Какао	1. Каша вязкая рисовая молочная 2. Хлеб пшеничный с маслом 3. Коф. напиток	1. Каша пшеничная Яйцо 1/2 2. Хлеб пшеничный с маслом 3. Какао с молоком	1. Каша гречневая молочная 2. Хлеб пшенич с сыром 3. Коф. напиток	1. Каша геркулесовая 2. Яйцо 1/2 3. Булка с масл 4. Какао	1. Каша рисовая мол 2. Хлеб пшеничный с маслом 3. Яйцо 1/2 4. кофейный напиток	1. Каша пшеничная 2. Булка с масл 3. Какао	1. Каша гречнев. м олочная со сл маслом 2. Хлеб пшеничный с сыром 3. Яйцо 1/2 4. Коф. напиток	1. Каша геркулесовая 2. Булка с сыр маслом 3. Какао	1. Каша манная 2. Хлеб пшеничный с маслом 3. Кофейн напиток с молоком
2 завтрак:	2 завтрак:	2 завтрак:	2 завтрак:	2 завтрак:	2 завтрак:	2 завтрак:	2 завтрак:	2 завтрак:	2 завтрак:
	Фрукт	Фрукт	Фрукт			Йогурт		Фрукт	Фрукт
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
1. Салат свекольный/каб 2. Щи из свеж. капусты с мясом и со сметаной 3. Гуляш из отв мяса стречей 4. Хлеб ржаной 5. Компот из Смеси сухофр.	1. Салат из св кап/ капусты/квашеной 2. Суп рыбный 3. Картоф. пюре 4. Котлета мяс 5. Хлеб ржаной 4. Напиток шипов шиповника	1. Св/помидор/сал здоровье 2. Суп овощной с курой 3. Макароны отв 4. Подлива кур 5. Хлеб ржаной 6. Компот из смеси сухоф	1. Св.огурец 2. Бабушкин суп 3. Голубцы ленивые 4. Хлеб ржаной 5. Напиток шиповника	1. Салат из квашен капусты 2. рассольник со сметаной 3. Рис отварной 4. Биточки рыбные 5. Компот с/ф	1. Сал из свеж капусты/кваш 2. Свекольник с мяс и сметаной 3. Макароны отварные 4. Бефстроганов из говядины 5. Компот с/ф	1. Огурец свеж 2. Суп гороховый 3. Картоф. пюре 4. Бит рыбн 5. Сок	1. Св помидор 2. Борщ с мяс и сметаной 3. Рис отварной 4. Куриная подлива 5. Компот с/ф	1. Огурец св 2. Суп вермишелевый 3. Капуста тушен. 4. хлеб ржан 5. Кнели курин 6. Напиток шиповника	1. Кукуруза/ сал из свеклы 2. Блюн с пирогом 3. Плов 4. Хлеб ржаной 5. Компот из смеси сухофруктов
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
1. Творожник со сметаной 2. Чай слад 3. Чай сладкий 4. Винагрет	1. Драчена 2. Хлеб пшеничный 3. Чай слад 4. Винагрет	1. Бигус с мясом/ курицей 2. Хлеб пшеничный 3. Чай сладкий 4. Домаш. булочка	1. Картоф. пюре. 2. Рыбный салат 3. Хлеб пшеничный 4. Чай сладкий	Ужин 1. Блины со стущеным молоком 2. Чай сладкий	Ужин 1. Творожная запеканка со сметаной 2. Чай сладк	1. Рагу овощное с мясом/курицей 2. Хлеб пшеничный 3. Чай сладкий 4. Слад. пирог	Ужин 1. Кабачковая икра 2. Картофель тушёный с мясом	Ужин 1. Оладьи со ст. молоком 2. Чай сладкий	Ужин 1. Зелёный горошек 2. Омлет с рыбой 3. Чай сладкий

Примерное десятидневное меню (осенне-зимний период) с 10 час пребывания МБДОУ «Детский сад «Сказка» г. Судогда» (ясли)

1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя	9 неделя	10 неделя
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
1. Яйцо 1/2 2. Каша «Дружба» 3. Хлеб пшеничный с маслом 4. Какао	1. Каша вязкая рисовая молочная 2. Хлеб пшеничный с маслом 3. Коф. напиток	1. Каша пшеничная Яйцо 1/2 2. Хлеб пшеничный с маслом 3. Какао с молоком	1. Каша гречневая молочная 2. Хлеб пшенич с сыром 3. Коф. напиток	1. Каша геркулес 2. Яйцо 1/2 3. Булка с масл 4. Какао	1. Каша рисовая молочная 2. Хлеб пшеничный с маслом 3. Яйцо 1/2 4. кофнапит ннапиток	1. Каша пшеничная 2. Булка с масл 3. Какао	1. Каша гречнев. молочная со сл маслом 2. Хлеб пшеничный с сыром 3. Яйцо 1/2 4. Коф. напиток	1. Каша геркулесовая 2. Булка с сыр маслом 3. Какао	1. Каша манная 2. Хлеб пшеничный с маслом 3. Кофейн напит с с молоком
2 завтрак:	2 завтрак:	2 завтрак:	2 завтрак:	2 завтрак:	2 завтрак:	2 завтрак:	2 завтрак:	2 завтрак:	2 завтрак:
		Фрукт	Фрукт			Йогурт		Фрукт	Фрукт
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
1. Салат свекольный/кааб 2. Щи из свеж. капусты с мясом и со сметаной 3. Гуляш из отв мяса с гречей 4. Хлеб ржаной 5. Компот из смеси сухофруктов	1. Салат из св кап/ капусты/квашеной 2. Суп рыбный 3. Картоф. пюре 4. Коллета мяс 5. Хлеб ржаной 4. Напиток шипов шиповника	1. Св/помидор/сал здоровье 2. Суп овощной с кур. 3. Макароны отв 4. Подлива кур 5. Хлеб ржаной 6. Компот из смеси сухоф	1. Св.огурец 2. Суп с фрик фрикадел 3. Голубцы ленивые 4. Хлеб ржаной 5. Напиток шиповника шиповника	1. Салат из квашен капус/квашеной 2. Суп молочн 3. Рис отварн 4. Биточки рыбн 5. Компот с/ф	1. Сал из свеж кап/ квашеной 2. Свекольник с мясом и сметаной 3. Макароны отварные 4. Бефстроганов из говядины 5. Компот с/ф	1. Огурец свеж 2. Суп картофел с мяс 3. Картоф. пюре 4. Биточки рыбные 5. Сок	1. Св помидор 2. Борщ с мяс и сметаной 3. Рис отвар 4. Курин подлива 5. Компот с/ф	1. Огурец св 2. Суп картоф. с курой 3. Вермишель отварной 4. хлеб ржан 5. Кнели курин 6. Напиток шиповника	1. Кукуруза/ сал из свеклы 2. Суп картоф 3. Плов 4. Хлеб ржаной 5. Компот из смеси сухофруктов
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
1. Вареники со сметаной 2. Чай слад 3. Чай слад 4. Сал из свеклы	1. Драчена 2. Хлеб пшеничный 3. Чай слад 4. Сал из свеклы	1. Бигус с мясом/курицей 2. Хлеб пшеничный 3. Чай сладкий 4. Домаш. булочка	1. Картоф. пюре. 2. Рыбный салат 3. Хлеб пшеничный 4. Чай сладкий	1. Блины со ст. молоком стуженным молоком 2. Чай сладкий	1. Творожная зап запеканка со смет со сметаной 2. Чай сладкий	1. Рагу овощное с мясом/ курицей 2. Хлеб пшеничный 3. Чай сладкий 4. Слад. пирог	1. Кабачковая икра 2. Картофель тушён с мяс	1. Оладьи со ст. молоко 2. Чай сладкий	1. Зелёный горошек 2. Омлет с рыбой 3. Чай сладкий