Примерное десятидневное меню на осенний период для детей дошкольного возраста на 2022 от 3-7 лет(1-3 неделя)

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Детский сад №19»
Пыленок Л.П.

понедельник	выход	вторник	выход	среда	выход	четверг	выход	пятница	выход
Завтрак		Завтрак		Завтрак		**Завтрак**		**Завтрак**	
Каша пшенная молочная жидкая	210	Каша рисовая молочная жидкая	210	Суп молочный с макаронными изделиями	200	Запеканка из творога со сгущенным молоком - 100/10	120/10	Салат из горошка зелен.конс.	20
Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Омлет натуральный с маслом	100/5
Бутерброд с маслом	40\5	Бутерброд с маслом и сыром	40/5/10	Бутерброд с маслом	40/5	Хлеб пшеничный	40	Чай с сахаром	200
10-00-сок	100	**Обед**		**2-ой завтрак** Фрукты (10-00)	100	**Обед**		Хлеб пшеничный	40
Обед		Салат из белокачанной капусты	50	**Обед**		Суп картофельный с курой	200	**Обед**	
Борщ с капустой и картофелем, с курой и сметаной	200/10	Суп картофельный с крупой, с курой	200	Суп картофельный гороховый с курой	200	Голубцы ленивые	150/30	Рассольник ленинградский с курой и сметаной	200/10
Биточки рубленные с соусом	70/30	Рыба тушеная с овощами	80	Котлеты рубленые из птицы с соусом	60/30	Компот из сухофруктов витаминизированный	200	Жаркое по-дом. с мясом	150
Макароны отварные	100	Картофельное пюре	100	Каша гречневая рассыпчатая	100	Хлеб ржаной	40	Компот из сухофруктов витаминизированный	200
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	Компот из сухофруктов витаминизированный	200	Компот из сухофруктов витаминизированный 150	200	**Полдник**		Хлеб ржаной	40
Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	Винегрет овощной	50	**Полдник**	
Полдник		**Полдник**		**Полдник**		Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200
Кофейный напиток со сг. молоком	200	Кефир с сахаром	150	Молоко кипяченое	200	Хлеб пшеничный	40	Пирожки печеные	60
Хлеб пшеничный	30	Кондитерское изделие	30	Бутерброд с повидлом 30/15	40/15				

Примерное десятидневное меню на осенний период для детей дошкольного возраста на 2022 от 3 -7лет(2-4 неделя)

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Детский сад №19»
Пыленок Л.П.

понедельник	выход	вторник	выход	среда	выход	четверг	выход	Пятница	выход
Завтрак		**завтрак**		**Завтрак**		**Завтрак**		Завтрак	
Каша манная молочная	210	Макароны отварные с сыром	130	Каша овсяная (геркулес) жидкая молочная	210	Салат из моркови	30	Суп молочный гречневой крупой	200
Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/10	Чай с сахаром	200
Бутерброд с маслом	40/5	Хлеб пшеничный	40	Бутерброд с маслом	40/5	Чай с сахаром	200	Бутерброд с маслом	40/5
Обед		**Обед**		**Обед**		Хлеб пшеничный	30	**2-ой завтрак**(10-00) фрукты	100
Салат из свеклы	50	Борщ с капустой и картофелем, с курой и сметаной	200/10	Салат из белокачанной капусты	50	**Обед**		**Обед**	
Суп с рыбный	200	Шницель рыбный натуральный	60/5	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	Суп картофельный с крупой, с курой	200	Салат из свеклы	50
Котлета мясная с соусом	70/30	Картофельное пюре	100	Плов из птицы	150	Тефтели мясные с соусом	60/30	Щи из свежей капусты с картофелем, с курой и сметаной	200/10
Каша гречневая рассыпчатая	100	Компот из сухофруктов вит-ный	200	Компот из сухофруктов вит-ный	200	Макаронные изделия отварные	100	Птица тушеная в соусе с овощами	200
Компот из сухофруктов вит.	200	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	Компот из сухофруктов вит-ный	200	Компот из сухофруктов витаминизированный	200
Хлеб ржаной	40	**Полдник**		**Полдник**		Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40
Полдник		Молоко кипяченое	200	Какао с молоком	200	**Полдник**		**Полдник**	
Блинчики	80/10	Кондитерское изделие	30	Бутерброд с повидлом	40/15	Кофейный напиток с молоком	200	Чай с сахаром	200
Чай с сахаром	200					Хлеб пшеничный	40	Булочка домашняя	50