|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Понедельник  1 день | Вторник  2 день | Среда  3 день | Четверг  4 день | Пятница  5 день |
| Завтрак  Каша рисовая молочная вязкая 200 г  Бутерброд с маслом 55 г  Чай c сахаром 200 г | Завтрак  Макаронные изделия отварные 150 г  Бутерброд с маслом 55 г  Какао с молоком 200 г | Завтрак  Каша манная молочная жидкая 200 г  Бутерброд с повидлом 80г  Чай с сахаром 200 г | Завтрак  Каша пшенная молочная жидкая 200 г  Бутерброд с маслом 55 г  Кофейный напиток на молоке 200 г | Завтрак  Каша молочная Дружба 200 г  Бутерброд с маслом 55 г  Чай с сахаром 200 г |
| 2 ой завтрак  Фрукт 100-150г | 2 ой завтрак  Сок 100-150г | 2 ой завтрак  Фрукт 100-150г | 2 ой завтрак  Сок 100-150г |  |
| Обед  Икра кабачковая 60 гр  Свекольник 200 г  Картофельное пюре 150 г  Гуляш 100 г  Компот из смеси сухофруктов 200 г  Хлеб пшеничный 30 г  Хлеб ржаной 30 г | Обед  Салат Здоровье 60 гр  Суп картофельный с клецками 200 г  Котлеты 70 г  Соус сметанный 30 г  Каша гречневая рассыпчатая 150 г  Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах 200 г  Хлеб пшеничный 30 г  Хлеб ржаной 30 г | Обед  Рассольник ленинградский 200 г  Котлеты рыбные 75 г  Каша рисовая рассыпчатая 150 г  Соус сметанный 30 г  Компот из свежих плодов 200 г  Хлеб пшеничный 30 г  Хлеб ржаной 30 г | Обед  Салат из свеклы с изюмом 60 г  Суп картофельный с макаронными изделиями 200 г  Плов из курицы 200 г  Компот из кураги 200 г  Хлеб пшеничный 30 г  Хлеб ржаной 30 г | Обед  Суп картофельный с бобовыми и гренками 200 /20 г  Фрикадельки мясные 45 г  Соус сметанный 30 г  Каша перловая рассыпчатая 150 г  Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах 200 г  Хлеб пшеничный 30 г  Хлеб ржаной 30 г |
| Полдник  Пирог с повидлом 100 г  Чай с молоком и сахаром 200 г | Пирожки печеные с картофелем 200 г  Чай с сахаром 200 г | Полдник  Пирожки печеные с яблоками 90 г  Чай с лимоном и сахаром 200 г | Полдник  Булочка сдобная 90 г  Чай с сахаром 200 г | Полдник  Запеканка из творога 150/30 г  Чай с молоком и сахаром 200 г |
| Понедельник  6 день | Вторник  7 день | Среда  8 день | Четверг  9 день | Пятница  10 день |
| Завтрак  Каша овсяная молочная жидкая 200 г  Бутерброд с маслом 55 г  Чай с сахаром 200 г | Завтрак  Каша манная молочная жидкая 200/5 г  Бутерброд с маслом 55 г  Какао с молоком 200 г | Завтрак  Каша пшенная молочная жидкая 200/5 г  Бутерброд с маслом 55 г  Кофейный напиток на молоке 200 г | Завтрак  Суп молочный с макаронными изделиями 200 г  Бутерброд с повидлом 80 г  Чай с молоком и сахаром 200 г | Завтрак  Каша гречневая молочная вязкая 200 гр  Бутерброд с маслом 55 г  Чай с сахаром 200 г |
| 2 ой завтрак  Фрукт 100-150г | 2 ой завтрак  Сок 100-150г |  | 2 ой завтрак  Сок 100-150г | 2 ой завтрак  Фрукт 100-150г |
| Обед  Щи из свежей капусты с картофелем 200/5 г  Макаронные изделия отварные 150 г  Котлеты 70 г  Соус красный основной 35 г  Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах 200 г  Хлеб пшеничный 30 г  Хлеб ржаной 30 г | Обед  Салат из свеклы с растительным маслом  Суп картофельный с клецками 200 г  Гуляш 100 г  Пюре гороховое 150 г  Компот из свежих плодов 200 г  Хлеб пшеничный 30 г  Хлеб ржаной 30 г | Обед  Свекольник 200 г  Рыба припущенная 80 г  Картофельное пюре  150 г  Соус сметанный 30 г  Компот из кураги 200 г  Хлеб пшеничный 30 г  Хлеб ржаной 30 г | Обед  Икра кабачковая 60 гр  Рассольник ленинградский 200 /5 г  Жаркое - по домашнему 200 г  Кисель из яблок 200 г  Хлеб пшеничный 30 г  Хлеб ржаной 30 г | Обед  Салат из свеклы с изюмом 60 гр  Борщ с капустой и картофелем 200 г  Плов из курицы 200 г  Компот из смеси сухофруктов 200 г  Хлеб пшеничный 30 г  Хлеб ржаной 30 г |
| Полдник  Пирог с повидлом 90 г  Чай с молоком и сахаром 200 г | Полдник  Морковно - творожная запеканка 150/30 г  Чай с сахаром 200 г | Полдник  Пирожки печеные с картофелем 200 г  Чай с лимоном и сахаром 200 г | Полдник  Оладьи со сгущенным молоком 150/30 гр  Чай с сахаром 200 г | Полдник  Пирожки печеные с яблоками 90 г  Чай с лимоном и сахаром 200 г |

Утверждаю

Заведующий МДОУ

«Новосельский детский сад» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ А. В. Ракитина

Меню на 10 дней