|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Понедельник 1 день | Вторник2 день | Среда3 день | Четверг4 день | Пятница5 день |
| ЗавтракКаша рисовая молочная вязкая 200 гБутерброд с маслом 55 гЧай c сахаром 200 г | ЗавтракМакаронные изделия отварные 150 гБутерброд с маслом 55 гКакао с молоком 200 г | ЗавтракКаша манная молочная жидкая 200 гБутерброд с повидлом 80гЧай с сахаром 200 г | ЗавтракКаша пшенная молочная жидкая 200 гБутерброд с маслом 55 гКофейный напиток на молоке 200 г | ЗавтракКаша молочная Дружба 200 гБутерброд с маслом 55 гЧай с сахаром 200 г |
| 2 ой завтракФрукт 100-150г | 2 ой завтракСок 100-150г | 2 ой завтрак Фрукт 100-150г | 2 ой завтракСок 100-150г |  |
| Обед Икра кабачковая 60 грСвекольник 200 гКартофельное пюре 150 гГуляш 100 гКомпот из смеси сухофруктов 200 гХлеб пшеничный 30 гХлеб ржаной 30 г | ОбедСалат Здоровье 60 грСуп картофельный с клецками 200 гКотлеты 70 гСоус сметанный 30 гКаша гречневая рассыпчатая 150 гКисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах 200 гХлеб пшеничный 30 гХлеб ржаной 30 г | ОбедРассольник ленинградский 200 гКотлеты рыбные 75 гКаша рисовая рассыпчатая 150 гСоус сметанный 30 гКомпот из свежих плодов 200 гХлеб пшеничный 30 гХлеб ржаной 30 г | ОбедСалат из свеклы с изюмом 60 гСуп картофельный с макаронными изделиями 200 гПлов из курицы 200 гКомпот из кураги 200 гХлеб пшеничный 30 гХлеб ржаной 30 г | ОбедСуп картофельный с бобовыми и гренками 200 /20 гФрикадельки мясные 45 гСоус сметанный 30 гКаша перловая рассыпчатая 150 гКисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах 200 гХлеб пшеничный 30 гХлеб ржаной 30 г |
| Полдник Пирог с повидлом 100 гЧай с молоком и сахаром 200 г | Пирожки печеные с картофелем 200 гЧай с сахаром 200 г | Полдник Пирожки печеные с яблоками 90 гЧай с лимоном и сахаром 200 г | Полдник Булочка сдобная 90 гЧай с сахаром 200 г | Полдник Запеканка из творога 150/30 гЧай с молоком и сахаром 200 г  |
| Понедельник 6 день | Вторник7 день | Среда8 день | Четверг9 день | Пятница10 день |
| ЗавтракКаша овсяная молочная жидкая 200 гБутерброд с маслом 55 гЧай с сахаром 200 г | ЗавтракКаша манная молочная жидкая 200/5 гБутерброд с маслом 55 гКакао с молоком 200 г | ЗавтракКаша пшенная молочная жидкая 200/5 гБутерброд с маслом 55 гКофейный напиток на молоке 200 г | ЗавтракСуп молочный с макаронными изделиями 200 гБутерброд с повидлом 80 гЧай с молоком и сахаром 200 г | ЗавтракКаша гречневая молочная вязкая 200 грБутерброд с маслом 55 гЧай с сахаром 200 г |
| 2 ой завтракФрукт 100-150г | 2 ой завтракСок 100-150г |  | 2 ой завтракСок 100-150г | 2 ой завтракФрукт 100-150г |
| ОбедЩи из свежей капусты с картофелем 200/5 гМакаронные изделия отварные 150 гКотлеты 70 гСоус красный основной 35 гКисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах 200 гХлеб пшеничный 30 гХлеб ржаной 30 г | ОбедСалат из свеклы с растительным масломСуп картофельный с клецками 200 гГуляш 100 гПюре гороховое 150 гКомпот из свежих плодов 200 гХлеб пшеничный 30 гХлеб ржаной 30 г | Обед Свекольник 200 гРыба припущенная 80 гКартофельное пюре 150 гСоус сметанный 30 гКомпот из кураги 200 гХлеб пшеничный 30 гХлеб ржаной 30 г | ОбедИкра кабачковая 60 грРассольник ленинградский 200 /5 гЖаркое - по домашнему 200 гКисель из яблок 200 гХлеб пшеничный 30 гХлеб ржаной 30 г | ОбедСалат из свеклы с изюмом 60 грБорщ с капустой и картофелем 200 гПлов из курицы 200 гКомпот из смеси сухофруктов 200 гХлеб пшеничный 30 гХлеб ржаной 30 г |
| Полдник Пирог с повидлом 90 гЧай с молоком и сахаром 200 г | Полдник Морковно - творожная запеканка 150/30 гЧай с сахаром 200 г | Полдник Пирожки печеные с картофелем 200 гЧай с лимоном и сахаром 200 г | Полдник Оладьи со сгущенным молоком 150/30 грЧай с сахаром 200 г | Полдник Пирожки печеные с яблоками 90 гЧай с лимоном и сахаром 200 г |

 Утверждаю

 Заведующий МДОУ

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

 Меню на 10 дней