

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 10»



Примерное 10-дневное меню для организации питания детей в возрасте от 1,5 до 3 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения с 12-часовым режимом функционирования

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ

Временной отрезок	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I завтрак	1. Яйцо варёное – ½ шт. 2. Каша рисовая на сухом молоке 3. Печенье с маслом 4. Чай сладкий	1. Каша манная молочная с маслом. 2. Булка с маслом 3. Кофейный напиток с молоком	1. Каша гречневая молочная с маслом 2. Сыр 3. Масло сливочное 4. Хлеб пшеничный 5. Кофейный напиток на молоке	1. Каша геркулесовая молочная 2. Сыр 3. Масло сливочное 4. Хлеб пшеничный 5. Какао напиток на молоке	1. Каша пшеничная 2. Масло сливочное 3. Хлеб пшеничный 4. Кофейный напиток на молоке
II завтрак	Сок	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Сок
обед	1. Суп вермишелевый на м/к бульоне 2. Голубцы ленивые формовые с варёным мясом 3. Хлеб ржаной 4. Компот из с/ф	1. Свекольник со сметаной на м/к бульоне 2. Суфле мясное 3. Вермишель отварная 4. Хлеб ржаной 5. Компот из с/ф	1. Щи с куриным мясом со сметаной 2. Котлета куриная 3. Капуста тушёная 4. Хлеб ржаной 5. Компот из с/ф	1. Салат из зелёного горошка с луком 2. Суп крестьянский на к/б со сметаной 3. Шницель мясной 4. Рис отварной 5. Хлеб ржаной 6. Компот из с/ф	1. Луковая запеканка 2. Суп с клёцками на бульоне со сметаной 3. Капустная котлета с мясом с маслом 4. Хлеб ржаной 5. Компот из с/ф
полдник	1. Картофель тушёный 2. Хлеб пшеничный 3. Кофейный напиток с молоком 4. Булочка домашняя с сахаром	1. Сырники из творога со сгущённым молоком (джемом) 2. Хлеб пшеничный 3. Кисель	1. Биточки рыбные 2. Картофельное пюре 3. Хлеб пшеничный 4. Чай сладкий с молоком	1. Суфле рыбное 2. Морковь тушёная 3. Хлеб пшеничный 4. Чай сладкий 5. Печенье	1. Свекла тушёная 2. Хлеб пшеничный 3. Чай с сахаром (с молоком) 4. Пирог с яблоками

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

Временной отрезок	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I завтрак	<ol style="list-style-type: none"> 1. Каша геркулесовая на сухом молоке 2. Печенье 3. Масло сливочное 4. Чай сладкий 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Каша рисовая молочная 2. Масло сливочное 3. Хлеб пшеничный 4. Какао напиток на молоке 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Каша пшеничная молочная 2. Сыр 3. Масло сливочное 4. Хлеб пшеничный 5. Кофейный напиток на молоке 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Каша гречневая молочная 2. Сыр 3. Масло сливочное 4. Хлеб пшеничный 5. Какао напиток на молоке 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Лапша макаронная 2. Масло сливочное 3. Хлеб пшеничный 4. Кофейный напиток на молоке
II завтрак	Сок	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Сок
обед	<ol style="list-style-type: none"> 1. Свекльно-луковая икра 2. Суп гороховый с гречками на м/к бульоне 3. Картофельная запеканка с мясом 4. Хлеб ржаной 5. Компот из с/ф 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Луковая икра (кабачковая икра) 2. Борщ со сметаной на м/к бульоне 3. Котлета мясная 4. Макароны отварные 5. Хлеб ржаной 6. Компот из с/ф 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Морковная икра 2. Суп картофельный с рубленным яйцом, с куриным мясом, со сметаной 3. Шницель куриный 4. Рис отварной 5. Хлеб ржаной 6. Компот из с/ф 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Щи со сметаной на м/к бульоне 2. Мясной пудинг 3. Капуста тушёная 4. Хлеб ржаной 5. Компот из с/ф 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Суп картофельный с зеленым горошком, со сметаной на м/к бульоне 2. Биточки мясные 3. Картофельная запеканка с мясом 4. Хлеб ржаной 5. Компот из с/ф
полдник	<ol style="list-style-type: none"> 1. Икра морковная 2. Хлеб пшеничный 3. Оладьи со сгущённым молоком (с джемом) 4. Кофейный напиток с молоком 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Морковная икра 2. Пудинг творожный с джемом 3. Хлеб пшеничный 4. Молоко кипяченое 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Суфле рыбное 2. Свекла тушёная 3. Хлеб пшеничный 4. Кисель 5. Печенье 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Луковая икра 2. Филе рыбы отварное, запечённое под омлетом 3. Хлеб пшеничный 4. Чай с молоком (сладкий) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Салат овощной 2. Хлеб пшеничный 3. Чай с молоком 4. Ватрушка

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 126»



Примерное 10-дневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения с 12-часовым режимом функционирования

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ

Временной отрезок	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I завтрак	1. Яйцо варёное – ½ шт. 2. Каша рисовая на сухом молоке 3. Печенье с маслом 4. Чай сладкий	1. Каша манная молочная с маслом. 2. Булка с маслом 3. Кофейный напиток с молоком	1. Каша гречневая молочная с маслом 2. Сыр 3. Масло сливочное 4. Хлеб пшеничный 5. Кофейный напиток на молоке	1. Каша геркулесовая молочная 2. Сыр 3. Масло сливочное 4. Хлеб пшеничный 5. Какао напиток на молоке	1. Каша пшеничная 2. Масло сливочное 3. Хлеб пшеничный 4. Кофейный напиток на молоке
II завтрак	Сок	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Сок
обед	1. Суп вермишелевый на м/к бульоне 2. Голубцы ленивые формовые с варёным мясом 3. Хлеб ржаной 4. Компот из с/ф	1. Свекольник со сметаной на м/к бульоне 2. Суфле мясное 3. Вермишель отварная 4. Хлеб ржаной 5. Компот из с/ф	1. Щи с куриным мясом со сметаной 2. Котлета куриная 3. Капуста тушёная 4. Хлеб ржаной 5. Компот из с/ф	1. Салат из зелёного горошка с луком 2. Суп крестьянский на к/б со сметаной 3. Шницель мясной 4. Рис отварной 5. Хлеб ржаной 6. Компот из с/ф	1. Луковая каша 2. Суп с клёцками на бульоне со сметаной 3. Капустная котлета с мясом 4. Хлеб ржаной 5. Компот из с/ф
полдник	1. Картофель тушёный 2. Хлеб пшеничный 3. Кофейный напиток с молоком 4. Булочка домашняя с маслом	1. Сырники из творога со сгущённым молоком (джемом) 2. Хлеб пшеничный 3. Кисель	1. Биточки рыбные 2. Картофельное пюре 3. Хлеб пшеничный 4. Чай сладкий с молоком	1. Суфле рыбное 2. Морковь тушёная 3. Хлеб пшеничный 4. Чай сладкий 5. Печенье	1. Свекла тушёная 2. Хлеб пшеничный 3. Чай с сахаром (сгущённым молоком) 4. Печенье

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

Временной отрезок	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I завтрак	<ol style="list-style-type: none"> 1. Каша геркулесовая на сухом молоке 2. Печенье 3. Масло сливочное 4. Чай сладкий 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Каша рисовая молочная 2. Масло сливочное 3. Хлеб пшеничный 4. Какао напиток на молоке 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Каша пшеничная молочная 2. Сыр 3. Масло сливочное 4. Хлеб пшеничный 5. Кофейный напиток на молоке 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Каша гречневая молочная 2. Сыр 3. Масло сливочное 4. Хлеб пшеничный 5. Какао напиток на молоке 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Лапша мол 2. Масло сли 3. Хлеб пшен 4. Кофейный молоко
II завтрак	Сок	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Сок
обед	<ol style="list-style-type: none"> 1. Свекльно-луковая икра 2. Суп гороховый с гренками на м/к бульоне 3. Картофельная запеканка с мясом 4. Хлеб ржаной 5. Компот из с/ф 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Луковая икра (кабачковая икра) 2. Борщ со сметаной на м/к бульоне 3. Котлета мясная 4. Макароны отварные 5. Хлеб ржаной 6. Компот из с/ф 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Морковная икра 2. Суп картофельный с рубленным яйцом, с куриным мясом, со сметаной 3. Шницель куриный 4. Рис отварной 5. Хлеб ржаной 6. Компот из с/ф 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Щи со сметаной на м/к бульоне 2. Мясной пудинг 3. Капуста тушёная 4. Хлеб ржаной 5. Компот из с/ф 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Суп картоф зелёным горо сметаной на 2. Биточки мя 3. Картофель 4. Хлеб ржан 5. Компот из с
полдник	<ol style="list-style-type: none"> 1. Икра морковная 2. Хлеб пшеничный 3. Оладьи со сгущённым молоком (с джемом) 4. Кофейный напиток с молоком 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Морковная икра 2. Пудинг творожный с джемом 3. Хлеб пшеничный 4. Молоко кипяченое 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Суфле рыбное 2. Свекла тушёная 3. Хлеб пшеничный 4. Кисель 5. Печенье 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Луковая икра 2. Филе рыбы отварное, запечёное под омлетом 3. Хлеб пшеничный 4. Чай с молоком (сладкий) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Салат овош 2. Хлеб пшен 3. Чай с моло 4. Ватрушка с

