Утверждаю:

МБДОУ «Детский сад № 10

с.Октябрьское»



01 сентября 2022 г.

Десятидневное меню для организации питания детей в МБДОУ «Детский сад №10 с.Октябрьское»

на 2021 – 2022 учебный год.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 день | 2 день | 3 день | | | 4 день | | 5 день |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная с маслом | Каша рисовая молочная с маслом | Каша пшенная молочная с маслом | | | Каша манная молочная с маслом | | Каша ячневая молочная с маслом |
| чай с лимоном | Чай | Чай с лимоном | | | Чай | | Чай лимоном |
| хлеб с маслом | хлеб с маслом | хлеб с маслом | | | Хлеб с маслом | | хлеб с маслом |
| **Обед** | | | | | | | |
|  |  | |  | | |  |  |
| Борщ со сметаной | Суп с клецками | | Суп гороховый или (фасолевый) | | | Суп картофельный с макаронами | Свекольник со сметаной |
| плов из говядины | Гуляш курины | | Тефтели из говядины | | | Котлета рыбная |
|  | Гречка отварная | | Макароны отварные | | | Картофельное пюре | голубцы |
| компот | компот из сухофруктов | | компот | | | компот из сухофруктов | компот |
| хлеб | хлеб | | хлеб | | | хлеб | хлеб |
| **Полдник** | | | | | | | |
| чай |  | |  | | | чай | Чай хлеб конфета |
| Пончик (хворост) | Яблоко | | Какао хлеб | | | Вафли |  |
| **Ужин** | | | | | | | |
| Суп молочный с вермишелью | Пудинг творожный с киселем (сгущенка) | | Омлет, Салат из свежей капусты | Суп молочный рисовый | | | Суп молочный пшенный |
| Чай | Чай | | чай | Хлеб | | | Хлеб |
| хлеб | хлеб | | хлеб |  | | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 6 день | 7 день | 8 день | | 9 день | | 10 день |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Каша молочная дружба с маслом | Каша пшеничная молочная с маслом | Отварное яйцо. Салат морковный яблочный | | Каша молочная ячневая с маслом | Каша овсяная молочная с маслом | |
| чай | Чай с лимоном | Какао | | Чай | Чай с лимоном | |
| Хлеб с маслом | Хлеб с маслом | Хлеб с маслом | | Хлеб с маслом | Хлеб с маслом | |
| **Обед** | | | | | | |
|  |  |  |  | |  | |
| Рассольник со сметаной | Суп крестьянский со сметаной | Свекольник со сметаной | Суп с макаронами | | Суп фасолевый | |
| Гуляш из говядины | котлета из грудки | Жаркое по домашнему | Котлета рыбная | | Пирог картофельный с творогом ( или пирожки ) | |
| Макароны отварные | Гречка отварная |  | Перловка отварная | |  | |
| Компот с сухофруктами | Компот с сухофруктами | Компот | Компот с сухофруктами | | Компот | |
| Хлеб | Хлеб | Хлеб | Хлеб | | Хлеб | |
| **Полдник** | | | | | | |
| Печенье чай | яблоко | чай булочка | Чай хлеб | | Чай вафли | |
| **Ужин** | | | | | | |
| Омлет .Салат из капусты | Вареники ленивые со сметаной | Суп молочный с вермишелью | Суп молочный пшоны | | Суп молочный рисовый | |
| Чай | Чай |  |  | |  | |
| Хлеб | хлеб | хлеб | хлеб | | хлеб | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 6 день | 7 день | 8 день | | 9 день | | 10 день |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Каша молочная дружба с маслом | Каша пшеничная молочная с маслом | Отварное яйцо. Салат морковный яблочный | | Каша молочная ячневая с маслом | Каша овсяная молочная с маслом | |
| чай | Чай с лимоном | Какао | | Чай | Чай с лимоном | |
| Хлеб с маслом | Хлеб с маслом | Хлеб с маслом | | Хлеб с маслом | Хлеб с маслом | |
| **Обед** | | | | | | |
|  |  |  |  | |  | |
| Рассольник со сметаной | Суп крестьянский со сметаной | Свекольник со сметаной | Суп с макаронами | | Суп фасолевый | |
| Гуляш из говядины | котлета из грудки | Жаркое по домашнему | Котлета рыбная | | Плов из говядины | |
| Макароны отварные | Гречка отварная |  | Перловка отварная | |  | |
| Компот с сухофруктами | Компот с сухофруктами | Компот | Компот с сухофруктами | | Компот | |
| Хлеб | Хлеб | Хлеб | Хлеб | | Хлеб | |
| **Полдник** | | | | | | |
| Печенье чай | яблоко | чай булочка | Чай хлеб | | Чай пряник | |
| **Ужин** | | | | | | |
| Омлет .Салат из капусты | Вареники ленивые со сметаной | Суп молочный с вермишелью | Суп молочный пшоны | | Пироги с творогом | |
| Чай | Чай |  |  | | какао | |
| Хлеб | хлеб | хлеб | хлеб | | хлеб | |