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 |