

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МДОУ  
 «Жуликовский детский сад»  
 С. В. Зиновьева  
 от « 29 » / 2014 / год



## МЕНЮ ПРИМЕРНОЕ ДЛЯ ЗДОРОВЫХ ДЕТЕЙ НА 10 ДНЕЙ (Первая неделя)

<b>Понедельник</b>	<b>Завтрак 1</b>	Макаронные изделия отварные с маслом, с сахаром, кофейный напиток, вафли(пряники).
	<b>Завтрак 2</b>	Напиток лимонный.
	<b>обед</b>	Суп картофельный с бобовыми с мясом и гренками, плов с курицей(мясом), икра кабачковая, компот из свежих фруктов(сухофруктов), хлеб ржаной.
	<b>Уплотнённый полдник</b>	Оладьи с повидлом, чай с сахаром, хлеб пшеничный.
<b>Вторник</b>	<b>Завтрак 1</b>	Каша манная, чай с молоком, бутерброд с маслом.
	<b>Завтрак 2</b>	Йогурт/снежок/кефир/ряженка
	<b>обед</b>	Суп «Харчо» с мясом, сметаной, макаронные изделия отварные, суфле куриное, соус белый основной, кисель, хлеб ржаной.
	<b>Уплотнённый полдник</b>	Запеканка творожная со сгущ. молоком, чай с сахаром, хлеб пшеничный.
<b>Среда</b>	<b>Завтрак 1</b>	Каша овсяная, кофейный напиток, бутерброд с маслом.
	<b>Завтрак 2</b>	Сок фруктовый
	<b>обед</b>	Суп с рыбными консервами, котлета мясная, картофельное пюре, соус томатный, салат из свеклы с чесноком, компот из свежих фруктов(сухофруктов), хлеб ржаной.
	<b>Уплотнённый полдник</b>	Салат из зеленого горошка, омлет натуральный, чай с сахаром, хлеб пшеничный.
<b>Четверг</b>	<b>Завтрак 1</b>	Каша рисовая, какао с молоком, бутерброд с маслом.
	<b>Завтрак 2</b>	Йогурт/снежок/кефир/ряженка
	<b>обед</b>	Борщ, курица в томатном соусе, макароны отварные, компот из лимонов и яблок, хлеб ржаной.
	<b>Уплотнённый полдник</b>	Пирожок печеный с повидлом, яйцо вареное, чай с сахаром, хлеб пшеничный
<b>Пятница</b>	<b>Завтрак 1</b>	Каша гречневая молочная, чай с лимоном, бутерброд с маслом.
	<b>Завтрак 2</b>	Сок фруктовый
	<b>обед</b>	Суп крестьянский, тефтели рыбные, соус белый основной, рис отварной, салат из моркови, напиток лимонный, хлеб ржаной.
	<b>Уплотнённый полдник</b>	Манник со сгущ. молоком, чай с сахаром, яблоко, хлеб пшеничный.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МДОУ  
«Кулицкий детский сад»  
С. В. Зиновьева  
от « 29 » \_\_\_\_\_ 20 24 год

**МЕНЮ ПРИМЕРНОЕ ДЛЯ ЗДОРОВЫХ ДЕТЕЙ НА 10 ДНЕЙ  
(Вторая неделя)**

<b>Понедельник</b>	<b>Завтрак 1</b>	Каша манная молочная, чай с молоком, вафли(пряники).
	<b>Завтрак 2</b>	Сок фруктовый
	<b>обед</b>	Бульон мясной(куриный) с гренками, плов с курицей(мясом), икра кабачковая, напиток лимонный, хлеб ржаной.
	<b>Уплотнённый полдник</b>	Салат из зеленого горошка, омлет натуральный, чай с сахаром, хлеб пшеничный.
<b>Вторник</b>	<b>Завтрак 1</b>	Каша пшенная молочная, какао с молоком, бутерброд с маслом и сыром.
	<b>Завтрак 2</b>	Йогурт/снежок/кефир/ряженка
	<b>обед</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом, греча рассыпчатая, гуляш из отварного мяса, компот из свежих фруктов(сухофруктов), хлеб ржаной.
	<b>Уплотнённый полдник</b>	Запеканка творожная со стущ. молоком, чай с сахаром, хлеб пшеничный.
<b>Среда</b>	<b>Завтрак 1</b>	Вермишель молочная, кофейный напиток, бутерброд с маслом.
	<b>Завтрак 2</b>	Сок фруктовый
	<b>обед</b>	Суп с бобовыми, макароны отварные, соус томатный, котлета мясная, напиток лимонный, хлеб ржаной.
	<b>Уплотнённый полдник</b>	ватрушка с творогом(повидлом), яйцо вареное, чай с сахаром, хлеб пшеничный.
<b>Четверг</b>	<b>Завтрак 1</b>	Каша «Дружба», какао на молоке, бутерброд с маслом.
	<b>Завтрак 2</b>	Йогурт/снежок/кефир/ряженка
	<b>обед</b>	Щи из свежей капусты с мясом и сметаной, тушеный картофель с курой, салат из моркови с чесноком, кисель, хлеб ржаной.
	<b>Уплотнённый полдник</b>	Оладьи с повидлом, чай с сахаром, хлеб пшеничный.
<b>Пятница</b>	<b>Завтрак 1</b>	Макаронные изделия отварные с маслом и сыром, кофейный напиток, бутерброд с маслом.
	<b>Завтрак 2</b>	Сок фруктовый
	<b>обед</b>	Рассольник «Ленинградский», рис отварной, рыба с овощами, салат из белокочанной капусты, компот из свежих фруктов(сухофруктов), хлеб ржаной.
	<b>Уплотнённый полдник</b>	Салат из кукурузы, омлет натуральный, чай с сахаром, яблоко, хлеб пшеничный.