

Примерное 10-ти дневное меню

<u>1 день</u> <u>Завтрак :</u> Каша пшеничная молочная Злаковый напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом <u>Второй завтрак:</u> Мармелад <u>Обед:</u> Щи со сметаной Биточки из куриного мяса картофельное пюре Компот из с/ф Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Манник Какао с молоком	<u>2 день</u> <u>Завтрак :</u> Каша геркулесовая молочная Злаковый напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом <u>Второй завтрак:</u> Морс ягодный <u>Обед:</u> Суп с яйцом Гуляш из куриного мяса Макароны отварные Компот из с/ф Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Котлеты рыбные Картофельное пюре Какао с молоком Хлеб пшеничный	<u>3 день</u> <u>Завтрак :</u> Каша рисовая молочная Злаковый напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом <u>Второй завтрак:</u> Мармелад <u>Обед:</u> Борщ со сметаной Котлеты из куриного мяса Картофельное пюре Компот из с/ф Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Пирожок с повидлом «Снежок»	<u>4 день</u> <u>Завтрак :</u> Каша геркулесоваямолочная Злаковый напиток с молоком Печенье с маслом <u>Второй завтрак:</u> Морс ягодный <u>Обед:</u> Суп вермишелевый Гуляш из куриного мяса Гречневый гарнир Компот из с/ф Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Омлет Кисель Хлеб пшеничный	<u>5 день</u> <u>Завтрак :</u> Каша манная молочная Злаковый напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом <u>Второй завтрак:</u> Морс ягодный <u>Обед:</u> Рассольник со сметаной Биточки из куриного мяса Картофельное пюре Компот из с/ф Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Макароны отварные с сыром Чай Хлеб пшеничный
<u>6 день</u> <u>Завтрак:</u> Каша рисовая молочная Злаковый напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом <u>Второй завтрак:</u> Морс ягодный <u>Обед:</u> Суп полевой Суфле из куриного мяса Картофельное пюре Компот из с/ф Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Запеканка творожная с печеньем Сладкая подлива Чай	<u>7 день</u> <u>Завтрак:</u> Каша геркулесовая молочная Злаковый напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом <u>Второй завтрак:</u> Морс ягодный <u>Обед:</u> Свекольник со сметаной Плов куриный с мясом Компот из с/ф Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Оладьи с маслом и сахаром Какао с молоком	<u>8 день</u> <u>Завтрак:</u> Каша гречневая молочная Злаковый напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом <u>Второй завтрак:</u> Морс ягодный <u>Обед:</u> Суп вермишелевый Рулет из куриного мяса с яйцом Картофельное пюре Компот из с/ф Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Булочка домашняя Какао с молоком	<u>9 день</u> <u>Завтрак:</u> Каша «Дружба» молочная Злаковый напиток с молоком Печенье с маслом <u>Второй завтрак:</u> Морс ягодный <u>Обед:</u> Суп гороховый Котлета из куриного мяса Картофельное пюре Компот из с/ф Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Омлет Какао с молоком Хлеб пшеничный	<u>10 день</u> <u>Завтрак:</u> Вермишель молочная Злаковый напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом <u>Второй завтрак:</u> Морс ягодный <u>Обед:</u> Суп с клецками Плов с куриным мясом Компот из с/ф Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Биточки рыбные Картофельное пюре Чай Хлеб пшеничный

Заведующий МБДОУДС N 7

В.В.Абрамова

Старшая медсестра МБДОУДС N 7

Ю.В.Доронина