


**УТВЕРЖДЕНО:**  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 36»  
 И.П. Воронина  
 приказ от 09.01.2019 г. № 4-п

**Примерное 10-дневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих группы общеразвивающей направленности с 10,5 и 12-часовым режимом функционирования**

**ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ**

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	1.Каша манная на сухом молоке с маслом. 2.Чай сладкий. 3.Булка с маслом.	1.Каша рисовая молочная с маслом. 2.Какао на молоке. 3. Булка с маслом.	1.Каша гречневая молочная с маслом. 2.Кофейный напиток на молоке. 3.Булка с маслом, сыр.	1.Каша пшеничная молочная с маслом. 2.Какао на молоке. 3.Булка с маслом, сыр.	1.Каша «Дружба» молочная с маслом. 2.Кофейный напиток на молоке. 3.Булка с маслом, сыр.
II завтрак	Сок, печенье	Сок, печенье	Фрукты	Фрукты	Фрукты
Обед	1.Суп с картофельный с гренками на м/к бульоне. 2.Запеканка капустная с мясом. 3.Компот из сухофруктов. 4.Хлеб ржаной.	1.Икра кабачковая. 2. Суп картофельный с мучными клёцками на м/к бульоне со сметаной. 3.Котлета мясная. 4.Макароны отварные. 5.Компот из сухофруктов. 6.Хлеб ржаной.	1.Салат из моркови с зеленым горошком. 2. Суп вермишелевый с курицей со сметаной. 3. Котлета куриная. 4. Картофельное пюре. 5.Компот из сухофруктов. 6.Хлеб ржаной.	1.Щи на м/к бульоне со сметаной. 2.Гуляш из отварного мяса. 3.Рис рассыпчатый. 4.Компот из сухофруктов 5.Хлеб ржаной.	1.Борщ на м/к бульоне со сметаной. 2.Картофель тушеный с мясом. 3.Компот из сухофруктов 4.Хлеб ржаной.
Полдник	1.Икра свекольная. 2.Плюшка. 3.Кофейный напиток на молоке.	1.Салат овощной. 2. Запеканка творожная со сгущенным молоком. 3. Чай с молоком. 4.Булка.	1.Тефтели рыбное 2.Капуста тушеная. 3.Кисель. 4.Булка.	1.Салат из зеленого горошка. 2.Творожно-рисовая запеканка со сгущенным молоком 3.Чай с молоком. 4.Булка.	1.Икра морковная. 2.Рыба в омлете. 3.Плюшка. 4.Какао на молоке.

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	1.Каша геркулесовая на сухом молоке с маслом. 2.Чай сладкий. 3.Булка с маслом	1.Каша «Дружба» молочная с маслом. 2.Кофейный напиток на молоке 3.Булка с маслом	1. Каша гречневая молочная с маслом 2. Какао на молоке 3.Булка с маслом, сыр	1. Каша манная молочная с маслом 2.Кофейный напиток на молоке 3.Булка с маслом, сыр	1. Омлет. 2. Кисель. 3. Булка с маслом, сыр 4.Печенье
II завтрак	Сок, печенье	Сок, печенье	Фрукты	Фрукты	Фрукты
Обед	1.Суп гороховый на м/к бульоне. 3.Голубцы ленивые. 4.Компот из сухофруктов. 5.Хлеб ржаной	1. Икра кабачковая. 2.Суп овощной на м/к бульоне со сметаной 3. Котлета мясная. 4.Греча рассыпчатая. 5.Компот из сухофруктов. 6.Хлеб ржаной	1.Суп картофельный с крупой на курином бульоне со сметаной 2.Котлета куриная. 3. Капуста тушеная. 4.Компот из сухофруктов 5.Хлеб ржаной	1.Салат из моркови с зеленым горошком. 2. Борщ на м/к бульоне со сметаной 3.Суфле куриное / мясное 4. Макароны отварные 5.Компот из сухофруктов 6.Хлеб ржаной	1. Салат из зеленого горошка 2.Суп «крестьянский» на м/к бульоне со сметаной. 3.Запеканка картофельная с мясом 4. Компот из сухофруктов. 5. Хлеб ржаной.
Полдник	1.Салат овощной. 2.Ватрушка с повидлом. 3.Какао на молоке. 4.Булка.	1.Лапшевник с творогом со сгущенным молоком. 2.Чай с молоком. 3.Булка	1.Тефтели рыбные 2.Картофельное пюре 3.Чай с молоком 4.Булка	1. Запеканка творожная с джемом 2.Кисель 3.Булка	1.Биточки рыбные. 2.Капуста тушеная 3. Чай с молоком. 4. Булка.