

Примерное 10-ти дневное меню МБДОУ «Детский сад «Теремок» шт Гвардейское» с 10,5 часовым режимом пребывания детей (лето-осень)

Для питания детей с пищевой аллергией



Утверждено Заведующим МБДОУ

О.И. Краско

Понедельник 1 день	<p>Завтрак Макароны отварные с маслом. Бутерброд с повидлом. Чай с сахаром.</p> <p>10ч. Сок фруктовый</p> <p>Обед Борщ с капустой и картофелем. Поре картофельное. Котлеты рыбные лобительские. Икра кабачковая. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Компот из сушеных фруктов.</p> <p>Подник Пирог открытый. Чай с сахаром</p>	Понедельник 6 день	<p>Завтрак Каша гречневая рассыпчатая с маслом. Бутерброд с повидлом. Чай с сахаром и лимоном.</p> <p>10ч. Сок фруктовый.</p> <p>Обед Суп картофельный с макаронами. Каша рассыпчатая с маслом. Рыба тушеная с овощами. Салат из белокочанной капусты, огурцов и сладкого перца. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Компот из сушеных фруктов.</p> <p>Подник Ватрушка с творогом. Чай с сахаром и лимоном</p>
Вторник 2 день	<p>Завтрак Каша пшеничная рассыпчатая с маслом. Бутерброд с маслом. Чай с сахаром.</p> <p>10ч. Фрукты и ягоды свежие</p> <p>Обед Суп фасолевый. Каша рассыпчатая с маслом. Гуляш из отварного мяса. Салат из белокочанной капусты, огурцов и сладкого перца. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Компот из сушеных фруктов.</p> <p>Подник Запеканка из творога. Чай с сахаром и лимоном</p>	Вторник 7 день	<p>Завтрак Каша пшеничная рассыпчатая. Бутерброд с маслом. Чай с сахаром.</p> <p>10ч. Фрукты и ягоды свежие</p> <p>Обед Борщ с фасолью и картофелем. Макароны отварные с маслом. Фрикадельки из птицы. Овощи натуральные свежие. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Кисель из сока.</p> <p>Подник Сырники из творога. Чай с сахаром.</p>
Среда 3 день	<p>Завтрак Каша ячневая рассыпчатая с маслом. Бутерброд с маслом. Чай с сахаром.</p> <p>10ч. Кефир</p> <p>Обед. Суп картофельный с крупой. Птица тушеная в соусе с овощами. Овощи натуральные. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Компот из сушеных фруктов.</p> <p>Подник Рыба тушеная с овощами. Хлеб пшеничный. Чай с сахаром.</p>	Среда 8 день	<p>Завтрак Каша из смеси круп с яблоками. Бутерброд с маслом. Чай с сахаром.</p> <p>10ч. Кефир</p> <p>Обед Суп картофельный с крупой. Рагу из овощей с кабачками. Биточки рубленые из птицы. Овощи натуральные свежие. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Компот из сушеных фруктов.</p> <p>Подник Рыба отварная. Яйца вареные. Хлеб пшеничный Чай с сахаром и лимоном</p>
Четверг 4 день	<p>Завтрак Каша из смеси круп с яблоками. Бутерброд с маслом. Чай с сахаром.</p> <p>10ч. Фрукты и ягоды свежие.</p> <p>Обед Суп картофельный с горохом душистым. Жаркое по-домашнему. Овощи натуральные свежие Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Компот из сушеных фруктов.</p> <p>Подник Крендель сахарный. Чай с сахаром и лимоном</p>	Четверг 9 день	<p>Завтрак Макароны отварные с маслом. Бутерброд с маслом. Чай с сахаром и лимоном.</p> <p>10ч. Фрукты и ягоды свежие</p> <p>Обед Рассольник ленинградский Голубцы ленивые. Соус сметанный. Овощи натуральные свежие. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Компот из сушеных фруктов.</p> <p>Подник Каша из смеси круп с яблоками. Печенье. Чай с сахаром и лимоном</p>
Пятница 5 день	<p>Завтрак Каша рисовая рассыпчатая с маслом. Бутерброд с маслом. Чай с сахаром.</p> <p>10ч. Кефир</p> <p>Обед Рассольник ленинградский. Рагу из овощей с кабачками. Биточки рубленые из говядины. Салат из свеклы с зеленым горошком. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Кисель из сока.</p> <p>Подник Яйца вареные. Икра кабачковая. Печенье. Чай с сахаром.</p>	Пятница 10 день	<p>Завтрак Каша пшеничная рассыпчатая. Бутерброд с маслом. Чай с сахаром и лимоном.</p> <p>10ч. Сок фруктовый.</p> <p>Обед Суп картофельный с рыбными фрикадельками. Поре картофельное. Оладьи из печени. Овощи натуральные свежие. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Компот из сушеных фруктов.</p> <p>Подник Яблоки печеные. Печенье. Чай с сахаром и лимоном</p>