

Примерное 10-ти дневное меню МБДОУ «Детский сад «Геремюк» пгт Гвардейское» с 10,5 часовым режимом пребывания детей (зима-весна).
Для питания детей (3-7 лет) (2-3 года)

Утверждено Заместителем МБДОУ
Протокол № 387 от 19.09.2023
О.И. Краско

Понедельник 1 день	<p>Завтрак Суп молочный с макаронами. Бутерброд с сыром. Чай с сахаром. 10ч. Сок фруктовый Обед Борщ с капустой и картофелем. Пюре картофельное. Котлеты рыбные любительские. Икра кабачковая. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Компот из сушеных фруктов. Полдник Капуста тушёная. Яйца варёные. Пирог открытый. Чай с сахаром</p>	Понедельник 6 день	<p>Завтрак Суп молочный майонезный с сырком. Чай с сахаром и лимоном. 10ч. Сок фруктовый Обед Суп картофельный с макаронами. Салат рассольчатая с маслом. Рыба тушёная с овощами. Салат из белокачанной капусты. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Компот из сушеных фруктов. Полдник Ватрушка с творогом. Колобки печёные. Кофейный напиток с молоком.</p>
Вторник 2 день	<p>Завтрак Суп молочный пшеничный. Бутерброд с сыром. Чай с сахаром. 10ч. Фрукты и ягоды свежие Обед Суп фасольный. Каша рассыпчатая с маслом. Гуляш из отварного мяса. Винегрет овощной. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Сок фруктовый. Полдник Запеканка из творога. Соус молочный (сладкий). Кофейный напиток с молоком</p>	Вторник 7 день	<p>Завтрак Суп молочный пшеничный. Бутерброд с сыром. Чай с сахаром. 10ч. Фрукты и ягоды свежие Обед Борщ с фасолью и картофелем. Макароны отварные. Овощи натуральные соленные/свежие. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Кисель из сока. Полдник Сырники из творога. Соус сметанный. Молоко кипячёное.</p>
Среда 3 день	<p>Завтрак Суп молочный с крупой. Бутерброд с сыром. Чай с сахаром. 10ч. Кефир Обед Суп картофельный с крупой. Птица тушёная в соусе с овощами. Салат из свеклы с яблоками. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Компот из сушеных фруктов. Полдник Рыба тушёная с овощами. Хлеб пшеничный. Чай с сахаром.</p>	Среда 8 день	<p>Завтрак Каша из смеси круп с тыквой. Бутерброд с сыром. Чай с сахаром. 10ч. Кефир Обед Суп картофельный с крупой. Рагу из овощей с кабачками. Биточки рубленые из птицы. Овощи натуральные свежие/соленные. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Компот из сушеных фруктов. Полдник Рыба припущенная с овощами. Хлеб пшеничный. Чай с сахаром.</p>
Четверг 4 день	<p>Завтрак Каша из смеси круп с тыквой. Бутерброд с маслом. Чай с сахаром. 10ч. Фрукты и ягоды свежие. Обед Рассольник ленинградский. Голубцы ленивые. Соус сметанный. Овощи натуральные соленные/ свежие Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Компот из сушеных фруктов. Полдник Макароны с сыром. Какао с молоком.</p>	Четверг 9 день	<p>Завтрак Суп молочный с крупой. Бутерброд с маслом. Чай с сахаром и лимоном. 10ч. Фрукты и ягоды свежие Обед Рассольник ленинградский Плов из птицы. Овощи натуральные свежие. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Компот из сушеных фруктов. Полдник Каша из смеси круп с тыквой. Какао с молоком.</p>
Пятница 5 день	<p>Завтрак Суп молочный с крупой. Бутерброд с маслом. Чай с сахаром. 10ч. Кефир Обед Суп картофельный с горохом лушениым. Жаркое по-домашнему. Салат из белокачанной капусты . Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Кисель из сока. Полдник Омлет натуральный. Икра кабачковая. Печенье. Кофейный напиток с молоком.</p>	Пятница 10 день	<p>Завтрак Суп молочный с крупой. Бутерброд с маслом. Чай с сахаром. 10ч. Сок фруктовый. Обед Суп картофельный с рыбными фрикадельками. Пюре картофельное. Оладьи из пшена. Овощи натуральные свежие/соленные. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Компот из сушеных фруктов. Полдник Пудинг из творога. Печенье. Какао с молоком.</p>