

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 № 37 от 19.09.2023 г.
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 рубленные 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 печени. Овощи натуральные свежие/соленные. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Компот из сушеных фруктов. Полдник Пудинг из творога. Печенье. Какао с молоком.</p>

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

Утверждено Заведующим МБДОУ
Приказ №387 от 18.09.2023
С.О.П. Краско

1	Понедельник 1 день	<p><u>Завтрак</u> Суп молочный с макаронами, Бутерброд с сыром, Чай с сахаром. <u>10ч.</u> Сок фруктовый <u>Обед</u> Борщ с капустой и картофелем, Пюре картофельное, Котлеты рыбные любительские, Икра кабачковая, Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной, Компот из сушеных фруктов. <u>Полдник</u> Капуста тушёная, Яйца варёные, Пирог открытый, Чай с сахаром</p>	6 Понедельник 1 день	<p><u>Завтрак</u> Суп молочный маншый, Бутерброд с сыром, Чай с сахаром и лимоном. <u>10ч.</u> Сок фруктовый. <u>Обед</u> Суп картофельный с макаронами, Каша рассыпчатая с маслом, Рыба тушеная с овощами. Салат из белокачанной капусты, огурцов и сладкого перца, Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной, Компот из сушеных фруктов. <u>Полдник</u> Ватрушка с творогом, Яблоки печёные, Кофейный напиток с молоком.</p>
	Вторник 2 день	<p><u>Завтрак</u> Суп молочный пшеничный, Бутерброд с сыром, Чай с сахаром. <u>10ч.</u> Флоды и ягоды свежие <u>Обед</u> Суп фасолеый, Каша рассыпчатая с маслом, Гуляш из отварного мяса. Салат из белокачанной капусты, огурцов и сладкого перца, Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной, Компот из сушеных фруктов. <u>Полдник</u> Залесанка из творога, Соус молочный (сладкий), Кофейный напиток с молоком</p>	7 Вторник 2 день	<p><u>Завтрак</u> Суп молочный пшеничный, Бутерброд с сыром, Чай с сахаром. <u>10ч.</u> Флоды и ягоды свежие <u>Обед</u> Борщ с фасолью и картофелем, Перец фаршированный мясом и рисом, Овощи натуральные свежие, Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной, Кисель из сока, Хлеб ржаной, Компот из творога, Соус сметанный, Чай с сахаром. <u>Полдник</u> Сырники из творога, Соус сметанный, Чай с сахаром.</p>
	Среда 3 день	<p><u>Завтрак</u> Суп молочный с крупой, Бутерброд с сыром, Чай с сахаром. <u>10ч.</u> Кефир <u>Обед</u>, Суп картофельный с крупой, Птица тушеная в соусе с овощами, Овощи натуральные, Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной, Компот из сушеных фруктов. <u>Полдник</u> Рыба тушеная с овощами, Хлеб пшеничный, Чай с сахаром.</p>	8 Среда 3 день	<p><u>Завтрак</u> Каша из смеси круп с яблоками, Бутерброд с сыром, Чай с сахаром. <u>10ч.</u> Кефир <u>Обед</u> Суп картофельный с крупой, Рагу из овощей с кабачками, Биточки рубленые из птицы, Овощи натуральные свежие, Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной, Компот из сушеных фруктов. <u>Полдник</u> Рыба припущенная с овощами, Хлеб пшеничный, Чай с сахаром и лимоном</p>
	Четверг 4 день	<p><u>Завтрак</u> Каша из смеси круп с яблоками, Бутерброд с маслом, Чай с сахаром. <u>10ч.</u> Флоды и ягоды свежие. <u>Обед</u> Суп картофельный с горохом лущеным, Жаркое по-домашнему, Овощи натуральные свежие Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной, Компот из сушеных фруктов. <u>Полдник</u> Макароны с сыром, Какао с молоком.</p>	9 Четверг 4 день	<p><u>Завтрак</u> Суп молочный с крупой, Бутерброд с маслом, Чай с сахаром и лимоном. <u>10ч.</u> Флоды и ягоды свежие <u>Обед</u> Рассольник ленинградский Голубцы ленивые, Соус сметанный, Овощи натуральные свежие, Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной, Компот из сушеных фруктов. <u>Полдник</u> Каша из смеси круп с яблоками, Печенье, Какао с молоком.</p>
	Пятница 5 день	<p><u>Завтрак</u> Суп молочный с крупой, Бутерброд с маслом, Чай с сахаром. <u>10ч.</u> Кефир <u>Обед</u> Рассольник ленинградский, Рагу из овощей с кабачками, Биточки рубленые из говядины, Салат из свеклы с зеленым горошком, Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной, Кисель из сока. <u>Полдник</u> Омлет натуральный, Икра кабачковая, Печенье, Кофейный напиток с молоком.</p>	10 Пятница 5 день	<p><u>Завтрак</u> Суп молочный с крупой, Бутерброд с маслом, Чай с сахаром. <u>10ч.</u> Сок фруктовый. <u>Обед</u> Суп картофельный с рыбными фрикадельками, Пюре картофельное, Оладьи из печени, Овощи натуральные свежие, Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной, Компот из сушеных фруктов. <u>Полдник</u> Плов из птицы, Печенье, Чай с сахаром и лимоном</p>