

Примерное 10-ти дневное меню МБДОУ «Детский сад «Геремок» пгт Гвардейское» с 10,5 часовым режимом пребывания детей, для питания детей с пищевой аллергией

Утверждено заведующим МБДОУ

Приказ № 120, от 18.10.2024г.

О.И. Краско

Понедельник 1 день	<p><u>Завтрак</u> Макароны изделия отварные. Чай с лимоном. 10 ч. Сок фруктовый. <u>Обед.</u> Борщ с капустой и картофелем. Картофель отварной. Рыба отварная. Икра кабачковая. Компот из сушеных фруктов. <u>Полдник.</u> Капуста тушеная. Яйцо вареное. Чай с сахаром.</p>	Понедельник 6 день	<p><u>Завтрак</u> Каша овсяная рассыпчатая. Яйцо вареное. Чай с лимоном. 10 ч. Сок фруктовый. <u>Обед.</u> Суп картофельный с макаронными изделиями. Макароны изделия отварные. Рыба тушеная с овощами. Салат из белокочанной капусты огурцов и сладкого перца. Компот из сушеных фруктов. <u>Полдник.</u> Каша с ягодами. Чай с лимоном.</p>
Вторник 2 день	<p><u>Завтрак</u> Каша пшеничная рассыпчатая. Чай с лимоном. 10 ч. Фрукты и ягоды свежие. <u>Обед.</u> Суп фасолевый. Гуляш из отварного мяса. Каша гречневая рассыпчатая. Салат из свежей капусты, огурцов и сладкого перца. Компот из сушеных фруктов. <u>Полдник.</u> Каша с ягодами. Чай с лимоном.</p>	Вторник 7 день	<p><u>Завтрак</u> Каша гречневая рассыпчатая. Чай с лимоном. 10 ч. Сок фруктовый. <u>Обед.</u> Борщ с фасолью и картофелем. Перец, фаршированный мясом и рисом. Овощи натуральные соленые/свежие. Кисель из сока. <u>Полдник.</u> Филе птицы отварное. Картофель отварной. Яблоки печеные. Кисель из сока.</p>
Среда 3 день	<p><u>Завтрак</u> Каша рисовая рассыпчатая. Чай с лимоном. 10 ч. Сок фруктовый <u>Обед.</u> Суп картофельный с крупой. Птица, тушенная с овощами. Овощи натуральные свежие/соленые. Компот из сушеных фруктов. <u>Полдник.</u> Рыба, тушенная с овощами. Каша рассыпчатая кукурузная. Салат из свежих помидоров и огурцов Чай с лимоном.</p>	Среда 8 день	<p><u>Завтрак</u> Каша кукурузная рассыпчатая. Чай с лимоном. 10 ч. Сок фруктовый. <u>Обед.</u> Суп картофельный с крупой. Рагу из овощей. Филе отварное. Овощи натуральные соленые/свежие. Компот из сушеных фруктов. <u>Полдник.</u> Рыба тушенная с овощами. Салат из свежих помидоров и огурцов. Макароны отварные. Сок фруктовый.</p>
Четверг 4 день	<p><u>Завтрак</u> Каша кукурузная рассыпчатая. Чай с лимоном 10 ч. Фрукты и ягоды свежие. <u>Обед.</u> Суп картофельный с горохом лушениным. Жаркое по-домашнему. Овощи натуральные соленые/свежие. Компот из сушеных фруктов. <u>Полдник.</u> Макароны изделия отварные. Яйцо вареное. Чай с лимоном.</p>	Четверг 9 день	<p><u>Завтрак</u> Каша овсяная рассыпчатая. Чай с лимоном. 10 ч. Фрукты и ягоды свежие. <u>Обед.</u> Рассольник ленинградский. Голубцы ленивые. Овощи натуральные соленые/свежие. Компот из сухофруктов. <u>Полдник.</u> Каша гречневая рассыпчатая. Яблоки печеные. Чай с сахаром.</p>
Пятница 5 день	<p><u>Завтрак</u> Каша рисовая. Чай с лимоном. 10 ч. Сок фруктовый. <u>Обед.</u> Рассольник ленинградский. Рагу из овощей. Биточки мясные. Салат из свеклы с зеленым горошком. Кисель из сока. <u>Полдник.</u> Яйцо вареное. Икра кабачковая.. Чай с сахаром</p>	Пятница 10 день	<p><u>Завтрак</u> Каша пшеничная рассыпчатая. Чай с лимоном. 10 ч. Сок фруктовый. <u>Обед.</u> Суп картофельный с рыбными фрикадельками. Печень тертая. Овощи натуральные соленые/свежие. Компот из сушеных фруктов. <u>Полдник.</u> Плов из птицы. Салат из свежих помидоров и огурцов. Чай с сахаром.</p>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 298758671356317544631232521185682992068791923351

Владелец Краско Оксана Ивановна

Действителен с 02.02.2024 по 01.02.2025