



Примерное десятидневное меню
зимне-весенний период
МБДОУ «ЦРР – детский сад № 8 «Огонек»

Утверждаю

Заведующий

О.И.Щурова



День 1-й	День 2-й	День 3-й	День 4-й	День 5-й
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша жидкая манная молочная Чай с сахаром Хлеб пшеничный со сливочным маслом	Каша жидкая молочная «Геркулес» Кофейный напиток С молоком Хлеб пшеничный со сливочным маслом, сыром	Каша жидкая молочная пшеничная Какао с молоком Хлеб пшеничный со сливочным маслом	Салат из моркови с яблоком (до 1.03) Вермишель в молоке Кофейный напиток С молоком Хлеб пшеничный со сливочным маслом, сыром	Каша из пшена и риса молочная жидкая «Дружба» Чай с молоком Хлеб пшеничный со сливочным маслом
2-ой завтрак	2-ой завтрак	2-ой завтрак	2-ой завтрак	2-ой завтрак
Сок фруктовый	Банан	Яблоко	Мандарин	Яблоко
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Суп гороховый с мясом Котлета куриная Овощное рагу Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Кукуруза консервированная Свекольник со сметаной на мясном бульоне Зразы рисовые с мясом Компот из свежих яблок Хлеб ржаной	Рассольник на мясном бульоне со сметаной Картофельная запеканка с мясом Огурец соленый Напиток лимонный Хлеб ржаной	Суп картофельный с рыбными консервами Биточки мясные Капуста тушеная Напиток лимонный Хлеб ржаной	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне Гуляш из отварного мяса Макароны отварные Компот из сухофруктов Хлеб ржаной
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Салат из моркови Пирог с повидлом Молоко кипяченое	Пудинг творожный запеченный со сгущенным молоком Чай с сахаром Печенье	Салат из свеклы с изюмом и растительным маслом Тефтели рыбные Кисель из варенья Хлеб пшеничный	Рыба под омлетом Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Винегрет с растительным маслом Чай с сахаром Хлеб пшеничный

День 6-й	День 7-й	День 8-й	День 9-й	День 10-й
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша гречневая рассыпчатая с сахаром Чай с сахаром Хлеб пшеничный со сливочным маслом	Салат из моркови (до 1.03) Каша жидкая молочная манная Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный со сливочным маслом, сыром	Каша жидкая молочная рисовая Какао с молоком Хлеб пшеничный со сливочным маслом	Каша жидкая молочная пшенная Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный со сливочным маслом	Каша жидкая молочная «Геркулес» Какао с молоком Хлеб пшеничный со сливочным маслом
2-ой завтрак	2-ой завтрак	2-ой завтрак	2-ой завтрак	2-ой завтрак
Сой фруктовый	Банан	Мандарин	Груша	Яблоко
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Борщ из свежей капусты с картофелем Жаркое по-домашнему Икра кабачковая консервированный Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Суп картофельный с зеленым горошком Ежики из говядины Свекла тушеная Компот из свежих яблок Хлеб ржаной	Салат из свежей капусты (до 1.03) Свекла отварная Суп лапша с курицей Котлета рыбная Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Суп рыбный со сметаной Котлета мясная рубленая с луком Овощное рагу Напиток лимонный Хлеб ржаной	Суп крестьянский со сметаной Голубцы ленивые Компот из сухофруктов Хлеб ржаной
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Блины с вареньем Молоко кипяченое	Запеканка творожная со сгущенным молоком Чай с сахаром Вафли	Омлет натуральный с сыром Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Салат «Зимний» Ватрушка с творогом Молоко кипяченое	Икра свекольная Суфле рыбное Чай с сахаром Хлеб пшеничный