Примерное десятидневное меню

МКДОУ детский сад с.Порздни

 1 день

 Завтрак

 Каша манная

 Кофейный напиток с молоком

 Хлеб пшеничный

 Обед

 Салат из свежей капусты

Суп гороховый на м/б

Картофельное пюре с рыбой по польски

 Сок

 Хлеб ржаной

 Полдник

Печенье Хлеб пшеничный Чай

 2 день

 Завтрак

 Каша молочная «Дружба»(греча,рис)

 Какао- напиток с молоком

 Хлеб пшеничный

 Обед

 Салат из свеклы

 Суп картофельный с рыбными консервами

Ленивые голубцы с мясом

 Компот с/ф

 Хлеб ржаной

 Полдник

Хлеб пшеничный с джемом

 Чай

 3 день

 Завтрак

Блины со сгущенкой

Кофейный напиток с молоком

Хлеб пшеничный

 Обед

Салат из огурца

Лапша на м/б

Жаркое по домашнему

 Сок

 Полдник

Хлеб пшеничный

 Сыр

 Чай

 4 день

 Завтрак

 Каша пшенная

Какао- напиток с молоком

 Хлеб пшеничный

 Обед

 Салат из тертой моркови с сахаром

 Борщ на м/к бульоне

 Рис с котлетой

 Компот с/ф

 Полдник

 Печенье Хлеб пшеничный

 Чай

 5 день

 Завтрак

 Каша рисовая

Кофейный напиток с молоком

 Хлеб пшеничный

 Обед

 Салат из помидор

 Рассольник на м/б

 Капуста тушеная с мясом

 Компот из свежих фруктов

 Хлеб ржаной

 Полдник

 Яйцо Хлеб пшеничный Чай

 6 день

 Завтрак

 Каша гречневая

Какао – напиток с молоком

 Хлеб пшеничный

 Обед

 Салат из моркови с яблоками

 Суп овощной

Картофельное пюре с рыбной котлетой

 Компот с/ф

 Хлеб ржаной

 Полдник

Печенье Хлеб пшеничный Чай

 7 день

 Завтрак

Каша молочная «Дружба»( рис,пшено)

Кофейный напиток с молоком

 Хлеб пшеничный

 Обед

 Салат витаминный

 Суп картофельный рыбный

 Рожки отварные с маслом, суфле из курицы

 Сок

 Хлеб ржаной

 Полдник

Хлеб пшеничный с джемом Чай

 8 день

 Завтрак

 Блины со сгущенкой

 Какао- напиток с молоком

 Хлеб пшеничный

 Обед

 Салат из зеленого горошка

 Щи на м/к бульоне

 Плов с мясом

 Компот с/ф

 Хлеб ржаной

 Полдник

 Хлеб пшеничный Сыр Фрукты Чай

 9 день

 Завтрак

Лапша молочная с маслом

Кофейный напиток с молоком

Хлеб пшеничный

 Обед

 Салат овощной

 Свекольник мясной

 Картофельное пюре с колбасой

 Компот из свежих фруктов

 Полдник

 Печенье Хлеб пшеничный

 Чай

 10 день

 Завтрак

 Каша геркулесовая

 Какао- напиток с молоком

 Хлеб пшеничный

 Обед

Кабачковая икра

 Суп картофельный на м/б

Овощи тушеные с мясом

 Сок

 Хлеб ржаной

 Полдник

 Яйцо Хлеб пшеничный Чай Фрукты