Примерное десятидневное меню

МКДОУ «Мугинский детский сад».

1 неделя

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| дни | Завтрак | Обед | Полдник |
| Погедельник | 1. Хлеб с маслом.
2. Пшеничная каша с зелёным горошком.

3.Сыр1. Чай сладкий
 | 1. Хлеб пшеничный

2.Хинкал аварский с мясомЗ. Пюре картофельное4.Компот из с/фр. | 1.Суп молочный (макар.)2.Фрукты (бананы) |
| Вторник | 1. Хлеб с маслом.2. Молочный суп(рисовый)3.Чай сладкий | 1 . Хлеб пшеничный2. Соус З. Гречневая каша на сливочном масле4.Салат из кукурузы, зел.горошка и яиц.5.Чай сладкий | 1. Вафли
2. Сок натуральный
 |
| Среда | 1. Хлеб с маслом
2. Макароны отварные на сливочном масле

3.Сыр4.Чай сладкий | 1 . Хлеб пшеничный2. Суп гороховый на к/б1. Плов
2. Кисель
 | 1. Манная каша на сливочном масле

2.Конфеты (шокол.) |
| Четверг | 1. Хлеб с маслом
2. Яйцо отварное
3. Какао на сгущённом молоке
 | 1 . Хлеб пшеничный2.Борщ с мясомЗ. Пшеничная каша на сливочном масле4.Салат из свежих помидоров и огурцов5. Чай сладкий | 1.Хлеб пшеничный 2.Молочный суп рисовый. |
| Пятница | 1. Хлеб с маслом
2. Манная каша
3. Компот из с/фр
 | 1.Хлеб пшеничный2.Суп вермишелевый на к/б3.Курзе с мясом4.Чай сладкий | 1.Пшеничная каша на слив.масле.2.Йогурт |

 2 неделя

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| дни | Завтрак | Обед | Полдник |
| Понедельник | 1. Хлеб с маслом

2.Гречневая каша с зелёным горошком3.Какао на сгущённом молоке | 1. Хлеб пшеничный
2. Суп - тефтели

З. Макароны отварные на сливочном масле4. Чай сладкий | 1 . Вафли2. Сок натуральный3.Молочная каша (пшеничная) |
| Вторник | 1. Хлеб с маслом2. Пшеничная каша на сливочном масле3. Салат из кукурузы, зелёного горошка и яиц.4.Чай сладкий | 1. Хлеб пшеничный

2.Хинкал с мясомЗ. Пюре картофельное4.Кисель | 1 . Манная каша 2.Фрукты |
| Среда | 1. Хлеб пшеничный 2.Манная каша 3.Компот из с/фр |  1.Хлеб пшеничный 2.Суп З. Голубцы4. Чай сладкий | 1 . Йогурт |
| Четверг | 1. Хлеб пшеничный
2. Яйцо отварное
3. Сыр
4. Чай сладкий
 | 1 . Хлеб пшеничный. 2.Суп гороховый на к/бЗ. Пюре с котлетой4. Чай сладкий | 1. Молочная каша (пшеничная)1. Конфеты (шокол.)
 |
| Пятница | 1.Хлеб пшеничный2. Молочный суп (из макар.)З. Чай сладкий | 1. Хлеб пшеничный
2. Суп с фрикадельками

З. Гречневая каша на сливочном масле4.Салат из свежих помидоров и огурцов.4.Компот из с/фр. | 1 . Рисовая каша на сливочном масле2.Фрукты (бананы) |