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.Сыр   1. Чай сладкий | 1. Хлеб пшеничный   2.Хинкал аварский с мясом  З. Пюре картофельное  4.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 пшеничный  2. Соус  З. Гречневая каша на сливочном масле  4.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.Сыр  4.Чай сладкий | 1 . Хлеб пшеничный  2. Суп гороховый на к/б   1. 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 пшеничный  2.Борщ с мясом  З. Пшеничная каша на сливочном масле  4.Салат из свежих помидоров и огурцов  5. Чай сладкий | 1.Хлеб пшеничный  2.Молочный суп рисовый. |
| Пятница | 1. Хлеб с маслом 2. Манная каша 3. Компот из с/фр | 1.Хлеб пшеничный  2.Суп вермишелевый на к/б  3.Курзе с мясом  4.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 горошком  3.Какао на сгущённом молоке | 1. Хлеб пшеничный 2. Суп - тефтели   З. Макароны отварные на сливочном масле  4. Чай сладкий | 1 . Вафли  2. Сок натуральный  3.Молочная каша (пшеничная) |
| Вторник | 1. Хлеб с маслом  2. Пшеничная каша на сливочном масле  3. Салат из кукурузы, зелёного горошка и яиц.  4.Чай сладкий | 1. Хлеб пшеничный   2.Хинкал с мясом  З. Пюре картофельное  4.Кисель | 1 . Манная каша  2.Фрукты |
| Среда | 1. Хлеб пшеничный  2.Манная каша  3.Компот из с/фр | 1.Хлеб пшеничный  2.Суп  З. Голубцы  4. Чай сладкий | 1 . Йогурт |
| Четверг | 1. Хлеб пшеничный 2. Яйцо отварное 3. Сыр 4. Чай сладкий | 1 . Хлеб пшеничный.  2.Суп гороховый на к/б  З. Пюре с котлетой  4. Чай сладкий | 1. Молочная каша (пшеничная)   1. Конфеты (шокол.) |
| Пятница | 1.Хлеб пшеничный  2. Молочный суп (из макар.)  З. Чай сладкий | 1. Хлеб пшеничный 2. Суп с фрикадельками   З. Гречневая каша на сливочном масле  4.Салат из свежих помидоров и огурцов.  4.Компот из с/фр. | 1 . Рисовая каша на сливочном масле  2.Фрукты (бананы) |