

Цикличное десятидневное меню для детей, посещающих МБДОУ «Калининский д/с «Солнышко»

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<i>Завтрак</i>				
Макаронные изделия отварные с маслом (макаронны, запеченные с сыром; макароны отварные с маслом и овощами) Хлеб пшеничный с маслом Чай без сахара Кондитерские изделия	Каша гречневая молочная Хлеб пшеничный с маслом Кофейный напиток на молоке	Омлет натуральный (Омлет натуральный с сыром, омлет по-крестьянски) Хлеб пшеничный с маслом и сыром Какао с молоком	Каша пшеничная молочная Хлеб пшеничный с маслом Кофейный напиток на молоке Батон нарезной с вареной сгущенкой или с повидлом	Каша «Дружба» Хлеб пшеничный с маслом Какао с молоком
<i>2-ой завтрак</i>				
Сок фруктовый	Фрукты	Сок фруктовый	Фрукты	Сок фруктовый
<i>Обед</i>				
Рассольник ленинградский Рыба, тушеная с овощами (рыба в омлете) Картофельное пюре Хлеб ржано- пшеничный Компот из сухофруктов (компот из свежих фруктов)	Суп картофельный с клецками (суп с макаронными изделиями) Капуста тушеная с отварным мясом (курица отварная, гарнир сложный - картофельное пюре, капуста тушеная) Хлеб ржано- пшеничный Кисель плодово-ягодный	Борщ с капустой и картоф. Плов из отварного мяса Хлеб ржано- пшеничный Компот из сухофруктов (компот из свежих фруктов)	Суп крестьянский с крупой (суп «Шахтерский» с мясом и сметаной) Суфле из отварной говядины Свекольное пюре Хлеб ржано- пшеничный Сок фруктовый	Суп из овощей со сметаной Жаркое по-домашнему) Сельдь соленая (Овощи свежие или соленые в нарезке) Хлеб ржано- пшеничный Компот из сухофруктов
<i>Полдник</i>				
Каша рисовая молочная (Запеканка из круп с фруктовой подливой) Чай с сахаром	Ленивые вареники с творогом и маслом Чай без сахара Кондитерские изделия	Пирожки с овощной начинкой (капуста, картофель, свекла) Чай с сахаром	Пудинг творожный со сладким молочным соусом (запеканка творожная со сгущенным молоком) Чай с сахаром	Булочка сдобная Морковная запеканка (овощи отварные) Кисломолочный продукт
<i>Ужин</i>				
Рагу овощное с мясом (Рагу овощное) Хлеб пшеничный Чай с сахаром	Оладьи из печени Картофельное пюре Хлеб пшеничный Чай с сахаром	Суп молочный с макаронными изделиями Хлеб пшеничный Чай без сахара Кондитерские изделия	Шанежка с картофелем (Блинчики с маслом сливочным) Молоко кипяченое	Вареники с начинкой (картофель, творог) Хлеб пшеничный Чай с сахаром

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<i>Завтрак</i>				
Каша гречневая с маслом Хлеб пшеничный с маслом Чай (чай с лимоном с сахаром) Кондитерские изделия	Каша манная молочная Хлеб пшеничный с маслом Какао на молоке	Каша рисовая молочная Хлеб пшеничный с маслом Кофейный напиток	Каша пшеничная молочная Хлеб пшеничный с маслом и сыром Какао на молоке	Каша ячневая (пшеничная) молочная Яйцо вареное Хлеб пшеничный с маслом Кофейный напиток
<i>2-ой завтрак</i>				
Сок фруктовый	Фрукты	Сок фруктовый	Фрукты	Сок фруктовый
<i>Обед</i>				
Суп «Паутинка» Котлета рыбная (Суфле рыбное) Картофельное пюре с морковью или кабачком Хлеб ржано- пшеничный Кисель плодово-ягодный	Суп картофельный с горохом и гренками Тефтели мясные (котлета мясная) Капуста тушеная Хлеб ржано- пшеничный Сок фруктовый	Свекольник Печень, тушенная в сметане Картофельное пюре (Запеканка картофельная с мясом и сметанным соусом) Овощи свежие или соленые в нарезке Хлеб ржано- пшеничный Кисель плодово-ягодный	Щи со свежей капустой с картофелем Гуляш из говядины Макаронные изделия отварные с маслом (пельмени отварные с маслом или бефстроганов из отварной говядины, каша гречневая рассыпчатая с маслом) Хлеб ржано- пшеничный Компот из сухофруктов	Суп картофельный с рыбой Голубцы ленивые Соус сметанный Свекольное пюре Хлеб ржано- пшеничный Кисель плодово-ягодный
<i>Полдник</i>				
Пирожки со сладкой начинкой (повидло, яблоко) Чай с сахаром	Ватрушка «Королевская» с творогом Чай с сахаром	Гренки в омлете – дошкольники (Гренки с сыром) каша овсяная - ясли Чай с сахаром	Творожники песочные (запеканка творожная со сгущенным молоком, калачики) Чай с сахаром	Булочка сдобная (печенье домашнее, коржик молочный, бантик с корицей) Морковная запеканка Кисломолочный продукт
<i>Ужин</i>				
Каша овсяная из «Геркулеса» молочная Хлеб пшеничный с маслом и сыром Чай с сахаром	Омлет натуральный (омлет по-крестьянски) Хлеб пшеничный Чай с молоком Яйцо вареное	Котлета рыбная любительская Макаронные изделия отварные с маслом Хлеб пшеничный Чай с сахаром	Картофель запеченный Овощи в нарезке Хлеб пшеничный Молоко кипяченое	Рис отварной с овощами Хлеб пшеничный Кондитерские изделия Чай без сахара