

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 99»  
\_\_\_\_\_ Балашова И. Ю.

**Примерное 10-дневное меню для организации питания детей,  
посещающих дошкольные образовательные учреждения с 12 – часовым режимом функционирования.**

**Первая неделя**

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<b>Завтрак :</b> 1. Каша вязкая геркулесовая на сухом молоке 2. Яйцо вареное 3. Чай с сахаром 4. Печенье 5. Масло сливочное(порциями) <b>II – завтрак:</b> Сок фруктовый (яблочный)/ Фрукты свежие	<b>Завтрак :</b> 1. Каша жидкая пшеничная молочная 2. Какао с молоком 3. Хлеб пшеничный 4. Масло сливочное(порциями) <b>II – завтрак:</b> Сок фруктовый (яблочный)/ Фрукты свежие	<b>Завтрак :</b> 1. Каша жидкая рисовая молочная 2. Кофейный напиток с молоком 3. Хлеб пшеничный 4. Масло сливочное(порциями) 5. Сыр <b>II – завтрак:</b> Сок фруктовый (яблочный)/ Фрукты свежие	<b>Завтрак :</b> 1.Каша жидкая манная молочная 2. Какао на молоке 3. Хлеб пшеничный 4. Масло сливочное(порциями) 5. Сыр <b>II – завтрак:</b> Сок фруктовый (яблочный)/ Фрукты свежие	<b>Завтрак :</b> 1. Каша «Дружба» молочная жидкая 2. Кофейный напиток с молоком 3. Хлеб пшеничный 4. Масло сливочное(порциями) <b>II – завтрак:</b> Сок фруктовый (яблочный)/ Фрукты свежие
<b>Обед:</b> 1. Суп картофельный с крупой на мкб 2.Капуста тушеная с мясом 3.Компот из с/ф 4.Хлеб ржаной	<b>Обед:</b> 1.Икра кабачковая 2.Борщ с капустой на мкб со сметаной 3.Картофель отварной 4.Шницель из говядины 4.Компот из с/ф 5.Хлеб ржаной	<b>Обед:</b> 1.Щи из свежей капусты с картофелем на мкб птицы со сметаной 2.Котлета из птицы 3.Макаронные отварные с маслом 4.Компот из с/ф 5. Хлеб ржаной	<b>Обед:</b> 1.Суп картофельный с рубленным яйцом на мкб со сметаной 2.Котлеты из говядины 3.Капуста тушеная 4.Компот из с/ф 5.Хлеб ржаной	<b>Обед:</b> 1.Икра свекольная 2.Суп картофельный с бобовыми на мкб 3.Овощи тушеные с мясом 4.Компот из с/ф 5.Хлеб ржаной
<b>Полдник:</b> 1.Сдоба обыкновенная 2.Икра морковная 3. Кофейный напиток с молоком 4. Хлеб пшеничный	<b>Полдник:</b> 1.Лапшевник с творогом и джемом 2. Чай с сахаром 3. Хлеб пшеничный	<b>Полдник:</b> 1.Котлета рыбная запечённая 2.Салат из отварной свеклы с луком 3.Чай с сахаром 4. Хлеб пшеничный	<b>Полдник:</b> 1.Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком 2.Кисель 3. Хлеб пшеничный	<b>Полдник:</b> 1.Ватрушка с джемом 2.Яйцо вареное 3. Чай с сахаром

**Вторая неделя**

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<p><b>Завтрак :</b>                      1. Каша гречневая рассыпчатая, сладкая                      2. Чай с сахаром                      3. Печенье                      4. Масло сливочное(порциями)  <b>П – завтрак:</b>                      Сок фруктовый (яблочный)/ Фрукты свежие</p>	<p><b>Завтрак :</b>                      1. Каша из смеси круп молочная «Фантазия»                      2. Кофейный напиток с молоком                      3. Хлеб пшеничный                      4. Масло сливочное(порциями)  <b>П – завтрак:</b>                      Сок фруктовый (яблочный)/ Фрукты свежие</p>	<p><b>Завтрак :</b>                      1. Суп молочный с макаронными изделиями                      2. Кофейный напиток с молоком                      3. Хлеб пшеничный                      4. Масло сливочное(порциями)                      5. Сыр  <b>П – завтрак:</b>                      Сок фруктовый (яблочный)/ Фрукты свежие</p>	<p><b>Завтрак :</b>                      1. Каша жидкая пшённая молочная                      2. Какао на молоке                      3. Хлеб пшеничный                      4. Масло сливочное(порциями)                      5. Сыр  <b>П – завтрак:</b>                      Сок фруктовый (яблочный)/ Фрукты свежие</p>	<p><b>Завтрак :</b>                      1. Каша жидкая рисовая молочная                      2. Кофейный напиток на молоке                      3. Хлеб пшеничный                      4. Масло сливочное(порциями)                      5. Яйцо вареное  <b>П – завтрак:</b>                      Сок фруктовый (яблочный)/ Фрукты свежие</p>
<p><b>Обед:</b>                      1. Суп картофельный с клецками на мкб                      2. Плов из мяса говядины                      3. Компот из с/ф                      4. Хлеб ржаной</p>	<p><b>Обед:</b>                      1. Суп с макаронными изделиями на мкб                      2. Жаркое по-домашнему                      3. Компот из с/ф                      4. Хлеб ржаной</p>	<p><b>Обед:</b>                      1. Икра кабачковая                      2. Свекольник на мк бульоне птицы со сметаной                      3. Котлеты из птицы                      4. Пюре картофельное                      5. Компот из с/ф                      6. Хлеб ржаной</p>	<p><b>Обед:</b>                      1. Суп овощной на мкб со сметаной                      2. Гуляш из отварного мяса                      3. Греча отварная рассыпчатая                      4. Компот из с/ф                      5. Хлеб ржаной</p>	<p><b>Обед:</b>                      1. Салат из свеклы                      2. Суп картофельный с рубленным яйцом на мкб со сметаной                      3. Голубцы ленивые с мясом                      4. Компот из с/ф                      5. Хлеб ржаной</p>
<p><b>Полдник:</b>                      1. Омлет натуральный                      2. Икра кабачковая                      3. Какао на молоке                      4. Хлеб пшеничный</p>	<p><b>Полдник:</b>                      1. Запеканка из творога со сгущённым молоком                      2. Кисель                      3. Хлеб пшеничный</p>	<p><b>Полдник:</b>                      1. Биточки рыбные запечённые                      2. Салат из картофеля с зеленым горошком                      3. Чай с сахаром                      4. Хлеб пшеничный                      5. Печенье</p>	<p><b>Полдник:</b>                      1. Суфле из рыбы                      2. Капуста тушеная                      3. Чай с сахаром                      4. Хлеб пшеничный</p>	<p><b>Полдник:</b>                      1. Пирог печеный с картофелем и луком                      2. Молоко кипяченое</p>