



Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ «Детский сад
 Комбинированного вида № 92»
 Кичигина Н.В.
 «08» 09 20 17 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 92»

№	1 Завтрак	2 завтрак (10 ч.)	Обед	Полдник	Ужин
1	Каша пшеничная Батон с сыром Кофейный напиток	Сок	Салат из капусты с морковью Рассольник с мясом со сметаной Гуляш из мяса, картофельное пюре Хлеб пшеничный, хлеб ржаной Компот из сухофруктов + вит. С	Кондитерское изделие Кисломолочный продукт	Вареники ленивые со сгущенным молоком Молоко
2	Каша ячневая Батон с маслом и повидлом Чай с молоком	Сок	Салат из моркови Борщ с курицей со сметаной Шницель из говядины, соус томатный Макароны Хлеб пшеничный, хлеб ржаной Компот из фруктов + вит С	Булочка Молоко	Картофель запеченный с сыром Хлеб пшеничный, хлеб ржаной Чай с сахаром
3	Каша манная Батон с маслом Чай с сахаром	Сок	Салат из свеклы Рыбный суп из консервы Жаркое по-домашнему Хлеб пшеничный, хлеб ржаной Компот из сухофруктов + вит. С	Кондитерское изделие Молоко или кисломолочный продукт	Запеканка морковно- творожная со сгущенным молоком Какао
4	Каша гречневая Батон с сыром Кофейный напиток с молоком	Сок	Салат из моркови Суп овощной со сметаной Рагу из птицы Хлеб пшеничный, хлеб ржаной Компот из фруктов	Ватрушка Молоко или кисломолочный продукт	Рыба запеченная Картофельное пюре Свекла отварная Хлеб ржаной, чай с сахаром
5	Омлет Батон с повидлом Чай с молоком	Сок	Винегрет Суп полевой с мясом Ленивые голубцы, соус сметанный Хлеб пшеничный, хлеб ржаной Кисель	Кондитерское изделие Кисломолочный продукт	Пудинг из творога со сгущенным молоком Молоко

6	Каша геркулесовая Батон с маслом с сыром чай	Сок	Салат из овощей Суп-лапша с мясом Биточки из говядины, овощи тушеные Хлеб пшеничный, хлеб ржаной Компот из изюма + вит. С	Булочка Молоко	Рыба запеченная Рис припущенный Хлеб пшеничный, хлеб ржаной Какао
7	Каша рисовая Батон с маслом Кофейный напиток с молоком	Сок	Салат из свеклы и моркови Щи со сметаной Сосиска, картофельное пюре Хлеб пшеничный, хлеб ржаной Компот из фруктов + вит. С	Кондитерское изделие Кисломолочный продукт	Сырники из творога Чай с сахаром
8	Вермишель в молоке Батон с сыром Чай с молоком	Фрукт	Салат из свеклы Суп-волна с мясом Биточки из говядины Капуста тушеная, картофель отварной Хлеб пшеничный, хлеб ржаной Кисель	Булочка Сок	Плов из птицы Хлеб пшеничный Чай с сахаром
9	Каша пшенная Батон с повидлом Какао	Сок	Салат из капусты и моркови Суп гороховый с курицей Печень по-строгановски, макароны Хлеб пшеничный, хлеб ржаной Компот из фруктов + вит. С	Булочка или кондитерское изделие Молоко	Тефтели рыбные Соус томатно- сметанный Картофельное пюре Хлеб пшеничный, хлеб ржаной Чай с сахаром
10	Каша Дружба Батон с маслом Чай с сахаром	Сок	Салат из моркови Свекольник со сметаной Запеканка картофельная с мясом Хлеб пшеничный, хлеб ржаной Компот из фруктов + вит. С	Булочка или кондитерское изделие Молоко или кисломолочный продукт	Рагу из овощей Хлеб пшеничный, хлеб ржаной Какао