



Утверждаю
Заведующий МБДОУДС № 6
Т. В. Воронина

Примерное десятидневное меню

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Завтрак				
Каша гречневая с маслом сливочным и сахаром Печенье с маслом сливочным Чай	Каша рисовая молочная Кофе с молоком Бутерброд с маслом сливочным	Каша пшеничная молочная Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом сливочным	Каша «Дружба» Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом сливочным	Каша геркулесовая на молоке Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом сливочным
2-ой завтрак				
Сок фруктовый	Яблоко	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Яблоко
Обед				
Салат из соленых огурцов с луком Щи со сметаной Биточки куриные Картофельное пюре Компот из с/ф Хлеб пшеничный, ржаной	Салат морковный Суп с клецками и сметаной Жаркое домашнему Компот из с/ф Хлеб пшеничный, ржаной	Салат луковый Свекольник со сметаной Тефтели в соусе Картофельное пюре Компот из с/ф Хлеб пшеничный, ржаной	Салат из свежей капусты Рассольник со сметаной Гуляш Рожки Компот из с/ф Хлеб пшеничный, ржаной	Суп рыбный Рулет куриный с яйцом Рис Подлива Компот из с/ф Хлеб пшеничный, ржаной
Уплотненный полдник				
Коржик Молоко	Сырники Фруктовый соус	Рыба тушеная в томате с овощами	Омлет Бутерброд с сыром	Ватрушка с творогом Чай

	Чай с молоком	(горбуша) Чай Хлеб пшеничный	Молоко	
6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак				
Каша манная на молоке Кофейный напиток с молоком Бутерброд со сливочным маслом	Каша пшенная на молоке Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом сливочным	Вермишель молочная Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом сливочным	Каша гречневая с молоком Чай Бутерброд с маслом сливочным	Каша рисовая Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом сливочным
2 завтрак				
Сок фруктовый	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Сок фруктовый
Обед				
Сельдь м/с Суп вермишелевый Куры порционные Картофельное пюре Компот из с/ф Хлеб пшеничный, ржаной	Суп картофельный со сметаной Шницель Гречневая каша Подлива Компот из с/ф Хлеб пшеничный, ржаной	Суп «Крестьянский» Формовые ленивые голубцы в соусе Компот из с/ф Хлеб пшеничный, ржаной	Суп с яйцом и сметаной Капуста тушеная с курицей Компот из с/ф Хлеб пшеничный, ржаной	Салат из соленых огурцов с луком Борщ со сметаной Омлет с курицей Картофельное пюре Компот из с/ф Хлеб пшеничный, ржаной
Уплотненный полдник				
Пудинг творожный Кисель	Салат морковный Биточки рыбные (минтай) Бутерброд с сыром Чай	Блины с маслом и сахаром Молоко	Винегрет Бутерброд с сыром чай	Макароны с тертым сыром Печенье Чай