УТВЕРЖДЕН
Приказом МБДОУ №1
«Детский сад №1 «Теремок»
Дата _____

Десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 -7 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
1									
Завтрак									
КАША КУКУРУЗНАЯ ВЯЗКАЯ 180	КАША "ДРУЖБА" 180	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ 180	КАША МАННАЯ 180	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	КАША "ДРУЖБА" 180	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 180	КАША КУКУРУЗНАЯ ВЯЗКАЯ 180	КАША МАННАЯ 180
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35/5	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 35/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35/5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 35/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35/5	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 35/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35/5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 35/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 35/5	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 35/5
ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	КАКАО С МОЛОКОМ 180
II Завтрак									
ПЕЧЕНЬЕ 20	ВАФЛИ 20	ПЕЧЕНЬЕ 20	ВАФЛИ 20	ПЕЧЕНЬЕ 20	ВАФЛИ 20	ПЕЧЕНЬЕ 20	ВАФЛИ 20	ПЕЧЕНЬЕ 20	ВАФЛИ 20
СОК 100	ЧАЙ С САХАРОМ 100/10	СОК 100	ЧАЙ С САХАРОМ 100/10	СОК 100	ЧАЙ С САХАРОМ 100/10	СОК 100	ЧАЙ С САХАРОМ 100/10	СОК 100	ЧАЙ С САХАРОМ 100/10
Обед									
ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/Б 180	СУП ФАСОЛЕВЫЙ 180	БОРЩ 180	РАССОЛЬНИК ПЕРЛОВОЙ НА К/Б 180	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б 180	СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ НА К/Б 200	РАССОЛЬНИК ПЕРЛОВОЙ НА М/Б 200	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б 180	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б 180
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ 150	РЫБА ТУШЕНАЯ 70	КУРИНОЕ МЯСО С ПОДЛИВОЙ 70	ПЛОВ С МЯСОМ 150	КУРИНОЕ ФИЛЕ С ПОДЛИВОЙ 60	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ 70	КУРИНОЕ МЯСО С ПОДЛИВОЙ 70	ПЛОВ С МЯСОМ 150	ПТИЦА ТУШЕНАЯ 70	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С ПОДЛИВОЙ 70
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 60	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ 130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛ. ГОРОШ. 50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ 130
КОМПОТ 180	САЛАТ МОРКОВНЫЙ С ЗЕЛ. ГОРОШ. 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ 50	КОМПОТ 180	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 50	ВИНЕГРЕТ 50	КОМПОТ 180	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ 60	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛ. ГОРОШ. 50
ХЛЕБ 45	КОМПОТ 180	КОМПОТ 180	ХЛЕБ 40	ЧАЙ С САХАРОМ 185\15	КОМПОТ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 185\15	ХЛЕБ 45	ЧАЙ С САХАРОМ 185\15	КОМПОТ 180
	ХЛЕБ 45	ХЛЕБ 40		ХЛЕБ 45	ХЛЕБ 45	ХЛЕБ 45		ХЛЕБ 45	ХЛЕБ 45
Уплотненный полдник									
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ 60/5	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ 250	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 60	БАНАН 200	ОЛАДЬИ СО СМЕТАНОЙ 60	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ 60	БУДОЧКА ДОМАШНЯЯ 60	ЯБЛОКИ 100	КАША ПШЕНИЧНАЯ 70/10	ЙОГУРТ 250
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 250	ЙОГУРТ 200	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 250	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ С ТВОРОГОМ 200/30	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 200	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ 200	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 200	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ С ТВОРОГОМ 200/30	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ 250
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 185/15/7	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	КОМПОТ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 185/15/7	КОМПОТ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 185/15/7	КОМПОТ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 185/15/7	КОМПОТ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15
ХЛЕБ 50	ХЛЕБ 50	ХЛЕБ 45		ХЛЕБ 50	ХЛЕБ 50	ХЛЕБ 45		ХЛЕБ 50	ХЛЕБ 50