

Утверждаю
 И. о. заведующего МАДОУ д/с 16
 А. А. Назарова
 Приказ №38 от 26.02.2024

Примерное десятидневное меню
Для детей с 12-ти часовым пребыванием в детском саду
(весенне-летний период) с 3 лет до 7 лет

дни	завтрак	обед	полдник	ужин
1	Каша ячневая на цельном молоке Кофейный напиток на цельном молоке Батон Масло сливочное 10-00 Апельсин	Суп с рыбными консервами (сайра) Печень по - строгановски Гречка рассыпуха Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Булка дорожная Чай	Гороховое пюре с маслом Чай Хлеб пшеничный
2	Каша "Дружба" на цельном молоке Какао на цельном молоке Батон Сыр 10-00 Банан	Суп Ленинградский с перловой крупой Картошка пюре Котлета мясная Компот из кураги Хлеб ржаной	Вафли Чай	Омлет Чай с сахаром Хлеб пшеничный
3	Каша пшеничная на цельном молоке Кофейный напиток на цельном молоке Батон Сыр 10-00 Банан	Суп гороховый Перловка с биточком из рыбы Компот из изюма Хлеб ржаной	Печенье Чай	Плов вегетарианский с сухофруктами Чай Хлеб пшеничный
4	Суп молочный с геркулесом Какао на цельном молоке Батон Сыр 10-00 Яблоко	Свекольник со сметаной Лапша отварная Курица в соусе с томатом Компот из кураги Хлеб ржаной	Пряник Чай	Овощное рагу Чай Хлеб пшеничный
5	Каша пшенная на цельном молоке Кофейный напиток на цельном молоке Батон Сыр 10-00 Яблоко	Суп с клецками Говядина тушеная с капустой Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Ватрушка с повидлом Чай	Творожная запеканка со сгущенным молоком Чай Хлеб пшеничный

6	Каша манная на цельном молоке Какао на цельном молоке Батон Сыр 10-00 Апельсин	Щи со сметаной Плов из мяса Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Печенье Чай	Омлет с Чай Хлеб пшеничный
7	Каша ячневая на цельном молоке Кофейный напиток на цельном молоке Батон Сыр 10-00 Банан	Борщ со сметаной Перловка рассыпчатая Гуляш из мяса Компот из кураги Хлеб ржаной	Крендель сахарный Чай	Макаронны отварные с сыром Чай Хлеб пшеничный
8	Каша кукурузная на цельном молоке Какао на цельном молоке Батон Сыр 10-00 Банан	Суп лапша Картофельное пюре Тефтель с печенью Соус сметанный с томатом Компот из изюма Хлеб ржаной	Пряник Чай	Капуста тушеная Чай Хлеб пшеничный
9	Каша пшенная на цельном молоке Кофейный напиток на цельном молоке Батон Сыр 10-00 Яблоко	Суп картофельный с крупой Гречка рассыпчатая Котлета куриная Соус молочный Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Вафли Чай	Творожная запеканка со сгущенным молоком Чай Хлеб пшеничный
10	Каша геркулесовая на цельном молоке Какао на цельном молоке Батон Сыр 10-00 Яблоко	Суп фасолевый Рис припущенный Рыба тушеная в томате с овощами Компот из кураги Хлеб ржаной	Пряник Чай	Суп молочный с лапшой Чай Хлеб пшеничный