Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Д/с № 6»
О.В.Суменко
01.03.2021 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 6»

х.Песчаный

Примерное десятидневное меню МБДОУ «Д/с № 6»

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
<p>Завтрак Кабачковая икра 50 Яйцо отварное 50 Чай с сахаром 200 Хлеб с маслом, сыром 30/8/4</p> <p>2 завтрак Ряженка 180, фрукты 75</p> <p>Обед Суп с рыбными консервами 200 Биточки 50 Каша гречневая (друга крупа) с мас. слив 130 Свекла тушеная 60 Компот из сухофруктов 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 37,5</p> <p>Полдник Макаронник со сметаной 126/8 Кофейный напиток 200 Витаминизированный напиток 100</p>	<p>Завтрак Каша геркулесовая молочная 180 Кофейный напиток 200 Хлеб с маслом, сыром 30/8/4</p> <p>2 завтрак Сок 150, фрукты 75</p> <p>Обед Суп с макаронными изд. 200 Запеканка из капусты и отварного мяса 150 Кисель из сухофруктов 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 37,5</p> <p>Полдник Печенье 50 Йогурт 180 Творожный пудинг с маслом и сахаром, сметана 95/8 Витаминизированный напиток 100</p>	<p>Завтрак Омлет 100 Зеленый горошек 35 Хлеб пшеничный 10 Кофейный напиток 200 Хлеб с маслом, сыром 30/8/4</p> <p>2 завтрак Ряженка 180</p> <p>Обед Борщ, сметана 200/8 Шницель мясной 60 Каша пшеничная (другая крупа) с мас. слив 130 Компот из сухофруктов 200 Хлеб пшеничный 10 Хлеб ржаной 37,5</p> <p>Полдник Плов из риса с фруктами 150 Хлеб пшеничный 10 Чай с молоком 180 Витаминизированный напиток 100</p>	<p>Завтрак Каша пшеничная (другая крупа) с маслом, сахаром 90 Какао на молоке 200 Хлеб с маслом, сыром 30/8/4</p> <p>2 завтрак сок 150, фрукты 75</p> <p>Обед Суп гороховый 200 Суфле из кур 30 Картофель с маслом 150 Кисель из сухофруктов 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 37,5</p> <p>Полдник Вафли 50 Йогурт 180 Яблоки 75 Запеканка из печени с рисом 100 Витаминизированный напиток 100</p>	<p>Завтрак Запеканка творожно- морковная 100 Кофейный напиток 200 Хлеб с маслом, сыром 30/8/4</p> <p>2 завтрак Ряженка 180, фрукты 75</p> <p>Обед Суп овощной на масле со сметан 200/10 Плов из мяса кур 180 Свекла тушеная 60 Компот из сухофруктов 200 Хлеб пшеничный 15 Хлеб ржаной 37,5</p> <p>Полдник Рыба ,запеченная в омлете 100 Зеленый горошек 35 Хлеб пшеничный 15 Чай с молоком 180 Витаминизированный напиток 100</p>
6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<p>Завтрак Макаронны отварные с сыром 150 Кофейный напиток 200 Хлеб с маслом 30/8</p> <p>2 завтрак Йогурт 180, фрукты 75</p> <p>Обед Суп картофельный с фрикадельками 200 Зразы с яйцом 100 Картофель с маслом 150 Компот из сухофруктов 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 37,5</p> <p>Полдник Каша рисовая молочная 200 Какао на молоке 200 Печенье 50 Витаминизированный напиток 100</p>	<p>Завтрак Яйцо отварное 50 Каша молочная гречневая 180 Чай с сахаром 200 Хлеб с маслом 30/8</p> <p>2 завтрак фрукты 75</p> <p>Обед Свекольник, сметана 200/8 Слоеные голубцы 160 Кисель из сухофруктов 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 37,5</p> <p>Полдник Творожная запеканка. сметана 95/8 Ряженка 180 Витаминизированный напиток 100</p>	<p>Завтрак Макаронны молочные отвар 200 Какао на молоке 200 Хлеб с маслом, сыром 30/8/4</p> <p>2 завтрак Фрукты 75, сок 150</p> <p>Обед Суп крестьянский, сметана 200/10 Жаркое по-домашнему 150 Морковь тушеная 60 Компот из сухофруктов 200 Хлеб пшеничный 15 Хлеб ржаной 37,5</p> <p>Полдник Рыба туш в том. соусе с ов. 40 Йогурт 180 Хлеб пшеничный 15 Витаминизированный напиток 100</p>	<p>Завтрак Суфле творожное с рисом, сметана 90/8 Кофейный напиток с молоком 200 Хлеб с маслом, сыром 30/8/4</p> <p>2 завтрак Фрукты 75, сок 150</p> <p>Обед Щи, сметана 200/9 Гороховая каша 110 Котлета рыбная 80 Свекла тушеная 60 Компот из сухофруктов 200 Хлеб пшеничный 15 Хлеб ржаной 37,5</p> <p>Полдник Рагу из мяса курицы 100 Йогурт 180 Хлеб пшеничный 15 Витаминизированный напиток 100</p>	<p>Завтрак Каша молочная манная 200 Чай с сахаром 200 Хлеб с маслом, сыром 30/8/4 Яйцо отварное 50</p> <p>2 завтрак Сок 150, фрукты 75</p> <p>Обед Суп картофельный 200 Куры отварные 30 Овощи тушеные 200 Кисель из сухофруктов 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 37,5</p> <p>Полдник Оладьи из печени 100 Ряженка 180 Витаминизированный напиток 100</p>

--	--	--	--	--