

Утверждаю

Заведующая МБДОУ № 4 «Калинка»



Г. Аксая

Е.В. Уфимцева

« 2020 года

Примерное десятидневное

перспективное меню

на зимне-весенний период

Аксайского района города Аксая

для детей от 3 до 7 лет с 12-часовым пребыванием

Первый день	Второй день	Третий день	Четвертый день	Пятый день	Шестой день	Седьмой день	Восьмой день	Девятый день	Десятый день
Зимне-весенний период 2020 - 2021 год									
Завтрак									
Суп молочный с пшеничной крупой	Суп молочный с манной крупой	Суп молочный с гречневой крупой	Суп молочный с пшеном	Суп молочный геркулесовый	Суп молочный с манной крупой	Суп молочный геркулесовый	Суп молочный с ячневой крупой	Каша «Дружба» молочная	Суп молочный с пшеном
Батон с маслом	Батон с маслом, сыром	Батон с маслом	Батон с маслом	Батон с маслом, сыром	Батон с маслом	Батон с маслом, сыром	Батон с маслом	Батон с маслом	Батон с маслом, сыром
Кофе на молоке	Какао на молоке	Чай с сахаром	Кофе на молоке	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Кофе на молоке	Какао на молоке	Кофе на молоке	Чай с сахаром
Завтрак 2									
Вафли, кефир	Кефир с сахаром	Кефир, зефир	Кефир с сахаром	Кефир с сахаром, печенье	Зефир, кефир	Кефир с сахаром	Кефир, вафли	Кефир, сахар	печенье, кефир с сахаром
Обед									
Суп с зеленым горошком и яйцом	Суп «Крестьянский»	Свекольник со сметаной	Суп картофельный с клецками	Рассольник ленинградский со сметаной	Суп гороховый	Свекольник с яйцом сметаной	Суп - лапша	Борщ с капустой и картофелем	Суп уха
Тефтели мясные	Птица тушенная в сметанном соусе	Гуляш из отварного мяса	Плов с птицей	Котлета мясная	Биточки мясные	Жаркое по-домашнему	Бигус с птицей	Бефстроганов из отварного мяса	Котлета мясная
Соус томатный	Картофельное пюре	Макаронные отварные	Икра кабачковая	Картофельное пюре	Рис отварной с овощами	салат из зеленого горошка		Картофельное пюре	Макаронные изделия отварные
Каша гречневая	Огурац соленый			салат из зеленого горошка				соленый огурац	Икра кабачковая
салат из капусты квашенной									
Полдник									
Сок	Кисель	Сок	Кисель	Сок	Сок	Кисель	Сок	Кисель	Сок
Ужин									
Сырники из творога повидло фруктовое	Суп молочный с ячневой	Капуста тушенная с сосиской 1/2 яйца	Рыба запеченная с овощами в белом соусе	Пудинг творожный молоко сгущенное	Лавашник с творогом повидло фруктовое	Суп молочный с пшеничной крупой	Рыба запеченная с овощами с томатом	Винегрет овощной Яйцо отварное 1/2	Пудинг творожный молоко сгущенное
Салат из моркови	Ватрушка с творогом	Чай с лимоном	Картофель отварной Чай с лимоном	Какао на молоке	Салат из моркови	Булочка домашняя чай с сахаром	Картофель отварной чай с лимоном	Булочка домашняя чай с лимоном	Какао на молоке
Чай с сахаром	Чай с сахаром	Яблоки	Бананы	Яблоки	Какао на молоке	Яблоки	Яблоки	Бананы	
Яблоки	Яблоки				Яблоки	Яблоки			