

Примерное 10-ти дневное меню
для детей от 1 до 7 лет
с 9-ти часовым пребыванием
осенне-зимний период
МДОУ «Костинский детский сад общеразвивающего вида»



Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Каша рисовая молочная с маслом сливочным Сыр Чай с молоком Батон чайный	Омлет с зеленым горошком Салат из отварной свеклы с изюмом Повидло Чай с сахаром Батон чайный	Суп молочный с овощами Масло сливочное Кофейный напиток Батон чайный	Каша ассорти Сыр Какао с молоком Батон чайный	Макаронные изделия отварные с сыром Повидло Кофейный напиток Батон чайный	Каша пшеничная Сыр Чай с сахаром Батон чайный	Каша ячневая Масло сливочное Кофейный напиток Батон чайный	Каша дружба Повидло Чай с сахаром Батон чайный	Лапшевник с творогом Соус сладкий молочный Сыр Какао с молоком Батон чайный	Омлет с овощами Салат из свеклы и моркови с растительным маслом Кофейный напиток Масло сливочное Батон чайный
Сок фруктовый	Фрукты свежие	Сок фруктовый	Фрукты свежие	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Фрукты свежие	Сок фруктовый	Фрукты свежие	Сок фруктовый
Салат из припущенной моркови и яблок		Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом		Салат из капусты с кукурузой, луком и маслом	Салат из отварного картофеля моркови с соленым огурцом, луком, маслом растит.	Салат из отварной свеклы, с яблоками и маслом растительным		Салат из белокочанной капусты с морковью и маслом растительным	
Щи из свежей капусты со сметаной на м/б	Суп овощной со сметаной и мясом	Суп картофельный с макаронными изделиями	Борщ с фасолью и сметаной на м/б	Суп крестьянский с крупой и сметаной на м/б	Борщ с мясом	Суп-пюре из разных овощей, гренки	Суп свекольный картофельный со сметаной на к/б	Рассольник домашний со сметаной на м/б	Щи из свеж.капусты с крупой и сметаной на м/б
Мясо тушеное с овощами в соусе	Биточки рыбные Картофельное пюре	Котлеты из мяса кур Каша рисовая рассыпчатая с овощами	Бефстроганов из отварного мяса говядины Капуста тушёная	Суфле из рыбы Гарнир овощной сборный	Голубцы ленивые Соус молочный с овощами	Рыба запечённая с картофелем	Суфле из мяса кур Овощи в молочном соусе	Рагу из отварного мяса говядины	Рыба отварная под маринадом Картофельное пюре
Компот из сухофруктов и шиповника Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Напиток из шиповника Хлеб ржаной	Компот из свежих фруктов Хлеб ржаной	Кисель из фруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Компот из сухофруктов и шиповника Хлеб ржаной	Напиток из шиповника Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Компот из сухофруктов и шиповника Хлеб ржаной	Компот из свежих фруктов Хлеб ржаной	Кисель из сухофруктов Хлеб ржаной	Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
Пирожок с повидлом	Каша геркулесовая	Запеканка из творога с морковью Соус сладкий молочный	Ватрушка с творогом	Каша манная	Крендель сахарный	Сырники из творога Молоко сгущенное	Запеканка капустная Соус сметанный с томатом	Каша пшеничная	Оладьи со сгущенным молоком (повидлом)
Молоко кипяченое	Снежок Хлеб пшеничный	Чай с молоком Хлеб пшеничный	Чай с сахаром	Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Молоко кипяченое	Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Снежок Хлеб пшеничный	Чай с молоком Хлеб пшеничный	Чай с молоком