

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
МДОУ «ДЕТСКИЙ САД №22»
(ранний, дошкольный, предшкольный возраст)

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день
Завтрак													
Каша овсяная «Геркулес» жидкая Чай с сахаром Масло (порциями) Батон нарезной обогащенный	Каша «Дружба» Кофейный напиток с молоком Масло (порциями) Сыр (порциями) Батон	Каша ячневая вязкая Какао с молоком Масло (порциями) Сыр (порциями) Батон нарезной обогащенный	Каша манная жидкая Какао с молоком Масло (порциями) Батон	Каша пшеничная жидкая Кофейный напиток с молоком Масло (порциями) Батон	Суп молочный с макаронными изделиями Чай с сахаром Масло (порциями) Батон нарезной обогащенный	Каша рисовая жидкая Кофейный напиток с молоком Масло (порциями) Сыр (порциями) Батон	Каша ячневая вязкая Какао с молоком Масло (порциями) Сыр (порциями) Батон нарезной обогащенный	Каша пшеничная жидкая Какао с молоком Масло (порциями) Батон	Каша пшеничная жидкая Кофейный напиток с молоком Масло (порциями) Батон	Каша овсяная «Геркулес» жидкая Чай с сахаром Масло (порциями) Батон нарезной обогащенный	Каша «Дружба» Кофейный напиток с молоком Масло (порциями) Сыр (порциями) Батон	Каша ячневая вязкая Какао с молоком Масло (порциями) Батон нарезной обогащенный Сыр (порциями)	Каша манная жидкая Какао с молоком Масло (порциями) Батон
II завтрак													
Сок	Яблоко	Сок	Сок	Сок Вафли	Сок	Сок	Молоко кипяченое Пряники	Сок Печенье	Сок Печенье	Сок	Яблоко	Сок	Сок
Обед													
Суп картофельный с макаронными изделиями Запеканка картофельная с курой Соус молочный Огурец соленый Компот из кураги, изюма Хлеб ржаной	Рассольник ленинградский Тефтели соус сметанный Пюре картофельное Морковь тушеная Компот из плодов консервиров. Хлеб ржаной	Борщ с капустой и картофелем Бефстроганов Макаронные изделия отварные Компот из кураги, изюма Хлеб ржаной	Суп из овощей Картофель тушеный с мясом Огурец соленый Компот из плодов консервиров. Хлеб ржаной	Суп гороховый Биточки паровые Пюре картофельное Капуста тушеная Компот из кураги, изюма Хлеб ржаной	Суп картофельный с луком, яйцом Гуляш из птицы Каша гречневая рассыпчатая Компот из плодов консервиров. Хлеб ржаной	Рассольник ленинградский Зразы рубленые Пюре картофельное Капуста тушеная Компот из кураги, изюма Хлеб ржаной	Щи из свежей капусты с картофелем Гуляш из печени Макаронные изделия отварные Компот из плодов консервиров. Хлеб ржаной	Свекольник Котлета рубленая Пюре картофельное Огурец соленый Компот из кураги, изюма Хлеб ржаной	Солянка рыбная Капуста тушеная с мясом Компот из плодов консервиров Хлеб ржаной	Суп картофельный с макаронными изделиями Запеканка картофельная с курой Соус молочный Огурец соленый Компот из кураги, изюма Хлеб ржаной	Рассольник ленинградский Тефтели соус сметанный Пюре картофельное Морковь тушеная Компот из плодов консервиров. Хлеб ржаной	Борщ с капустой и картофелем Бефстроганов Макаронные изделия отварные Компот из кураги, изюма Хлеб ржаной	Суп из овощей Картофель тушеный с мясом Огурец соленый Компот из плодов консервиров. Хлеб ржаной
Полдник с включением блюд ужина													
Молоко кипяченое Салат из моркови Булочка домашняя Чай с сахаром	Ряженка Пудинг из творога (вареный на пару) Чай с лимоном батон	Груша Зразы рыбные рубленые (паровые) Пюре картофельное Капуста тушеная Чай с сахаром Батон нарезной обогащенный	Сок Булочка домашняя Чай с лимоном Батон Хлеб ржаной	Яблоко Суфле творожное Молоко сгущенное Чай с лимоном Батон	Яблоко Салат из моркови Ватрушка с повидлом Чай с сахаром	Молоко кипяченое Пудинг из творога с макаронными изделиями Молоко сгущенное Чай с сахаром Батон	Сок Яблоко Тефтели рыбные Пюре картофельное Чай с лимоном Батон	Яблоко Рагу из овощей Чай с лимоном Батон Хлеб ржаной	Яблоко Омлет натуральный Морковь тушеная Чай с лимоном Батон Хлеб ржаной	Молоко кипяченое Салат из моркови Булочка домашняя Чай с сахаром	Ряженка Пудинг из творога (вареный на пару) Чай с лимоном батон	Груша Зразы рыбные рубленые (паровые) Пюре картофельное Капуста тушеная Чай с сахаром Батон нарезной обогащенный	Сок Булочка домашняя Чай с лимоном Батон Хлеб ржаной