

Утверждаю
Директор МБДОУ ЦРР - ДС
Багирова Н.В.
Приказ № _____

МБДОУ Центр развития ребенка – детский сад

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

День недели	завтрак	Вес (гр)		Обед	Вес (гр)		Полдник	Вес (гр)	
		от 1го до 3 лет	от 3 до 7 лет		от 1года до 3 лет	от 3 до 7 лет		от 1года до 3 лет	от 3 до 7 лет
1-й день	Каша манная молочная Кофе злаковый на молоке Булка с маслом фрукты	150 150 30/5 90	250 200 40/6 90	Салат овощной Щи на к/б со сметаной Котлета мясная Рожки Компот из сухофруктов	30 150/4 50 100 150	60 250/11 80 180 200	Оладьи кисель	50 150	80 200
	Каша пшенная молочная Какао на молоке Булка с маслом фрукты	150 150 30/5 90	250 200 40/6 90	Салат из свежих овощей Суп гороховый с мясом Плов с мясом Компот из сухофруктов	30 150/10 50/100 150	60 250/12 80/180 200	Сырник Йогурт	50 150	80 200
	Каша геркулесовая молочная Кофе злаковый на молоке Булка с сыром Сок	150 150 30/5 150	250 200 40/6 150	Салат овощной Свекольник на к/б со сметаной Гуляш, гречневая каша Компот из сухофруктов	30 150/4 50/100 150	60 250/11 80/180 200	Омлет Печенье Чай	50 50 150	80 70 200
	Каша гречневая молочная Молоко Булка с маслом фрукты	150 150 30/5 90	250 200 40/6 90	Суп вермишелевый с мясом Ленивые голубцы Компот из сухофруктов	150/10 150 150	250/12 250 200	Запеканка творожная кисель	120 150	150 200

5-й день	Вермишель в молоке Какао на молоке Булка с повидлом Сок	150 150 30/5 150	250 250 40/6 150	Салат овощной Суп рыбный Сосиска, картофельное пюре Компот из сухофруктов	30 150 50/100 150	60 250 80/180 200	Блинчик с начинкой Чай	50 150	80 200
6-й день	Каша рисовая молочная Кофе на молоке Булка с сыром фрукты	150 150 30/5 90	250 200 40/6 90	Суп с клецками на к/б со сметаной Овощное рагу с мясом Компот из сухофруктов	150/4 100/50 150	250/11 180/80 200	Гренки Кефир	50 150	80 200
7-й день	Макаронные изделия с тертым сыром Какао на молоке Булка с маслом Сок	150/10 150 30/5 150	200/10 200 40/6 150	Салат овощной Рассольник с мясом и сметаной Колбаса отварная Рис отварной Компот из сухофруктов	30 150/10/4 50 100 150	60 250/12/11 80 180 200	Биточки манные с фруктовым соусом чай	50/15 150	80/25 200
8-й день	Каша молочная «Дружба» Кофе на молоке Булка с сыром фрукты	150 150 30/5 90	250 200 40/6 90	Борщ с мясом и сметаной Бефстроганов Картофельное пюре Компот из сухофруктов	150/10/4 50 100 150	250/12/11 70 180 200	Пирожки с начинкой Кисель	50 150	80 200
9-й день	Плов фруктовый Какао на молоке Булка с маслом Сок	150 150 30/5 150	250 200 40/6 150	Салат овощной Суп картофельный с фрикадельками Котлета рыбная Гречневая каша Компот из сухофруктов	30 150/15 50 100 150	60 250/15 80 180 200	Ленивые вареники Печенье Чай	50 50 150	80 80 200
10-й день	Каша молочная кукурузная Кофе на молоке Булка с сыром фрукты	150 150 30/5 90	250 200 40/6 90	Борщ с мясом и сметаной Азу и макаронные изделия Компот из сухофруктов	150/10/4 50/100 150	250/12/11 80/180 200	Пирог яблочный Чай	50 150	80 200

Утверждаю
Директор МБДОУ ЦРР - ДС
Повар_____

Понедельник

Завтрак

Обед

Полдник

Каша манная молочная	150	250	Салат овощной Щи на к/б со сметаной	30	60	Оладьи	50	80
Кофе злаковый на молоке	150	200	Котлета мясная	150/4	250/11	кисель	150	200
Булка с маслом фрукты	30/5 90	40/6 90	Рожки Компот из сухофруктов	50 100 150	80 180 200			

Утверждаю
Директор МБДОУ ЦРР - ДС
Повар_____

Вторник

Завтрак

Обед

Полдник

Каша пшеничная молочная	150	250	Салат из свежих овощей	30	60	Сырник	50	80
Какао на молоке	150 30/5	200 40/6	Суп гороховый с мясом	150/10	250/12	Йогурт	150	200
Булка с маслом фрукты	90	90	Плов с мясом Компот из сухофруктов	50/100 150	80/180 200			

Утверждаю_____
Директор МБДОУ ЦРР - ДС
Повар_____

Среда

Завтрак

обед

ПОЛДНИК

Каша геркулесовая молочная	150		Салат овощной Свекольник на к/б со сметаной	30 150/4		гренки	50	
Кофе злаковый на молоке	150		Гуляш, гречневая каша	50/100		Чай	150	
Булка с маслом	30/5		Компот из сухофруктов	150				
Сок	150							

Утверждаю_____
Директор МБДОУ ЦРР - ДС
Повар_____

Четверг

Завтрак

обед

ПОЛДНИК

Каша гречневая молочная	150	Суп вермишелевый с мясом Рыба , рис отварной	150/10	Блинчик с начинкой	120
Молоко	150	Компот из сухофруктов	70/150	чай	150
Булка с маслом фрукты	30/5 90		150		