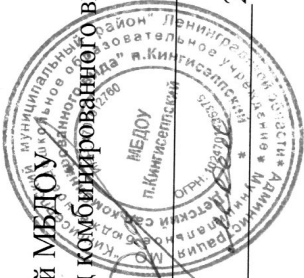


Утверждено

Заведующий МБДОУ
«Детский сад комбинированного вида» п.Кингисеппский

Е.А. Овсянникова



« 31 » 20 17 год

Примерное 10 – дневное меню МБДОУ п.Кингисеппский

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
ЗАВТРАК Каша ячневая молочная с маслом Хлеб пшеничный Масло сливочное Какао с молоком Сыр порционный	ЗАВТРАК Каша из овсяных хлопьев молочная с маслом Чай с сахаром Хлеб пшеничный Масло сливочное	ЗАВТРАК Каша рисовая молочная с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Сыр порционный Масло сливочное	ЗАВТРАК Каша гречневая молочная с маслом Хлеб пшеничный Кофейный напиток с молоком Масло сливочное	ЗАВТРАК Вермишель молочная Какао напиток с молоком Хлеб пшеничный Масло сливочное
II ЗАВТРАК Сок	II ЗАВТРАК Фрукты	II ЗАВТРАК Фрукты	II ЗАВТРАК Фрукты	II ЗАВТРАК Фрукты
ОБЕД Суп куриный с рисом Бефстроганов из мяса в молочно-сметанном соусе Макароны отварные Хлеб ржаной Компот	ОБЕД Суп овощной с курой Пюре картофельное Коллета рыбная Свекла тушеная Хлеб ржаной Компот	ОБЕД Суп гороховый вегетарианский Коллета мясная Картофельное пюре Овощи тушеные Хлеб ржаной Кисель	ОБЕД Борщ со сметаной Плов с курой Салат из капусты* Хлеб ржаной Кисель	ОБЕД Суп рыбный Запеканка картофельная с мясом. Соус молочный Хлеб ржаной Компот
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК Омлет Хлеб пшеничный Чай сладкий	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК Рагу овощное Чай сладкий	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК Пудинг творожный Повидло Чай сладкий	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК Запеканка творожно вермишелевая Молоко сгущенное Чай сладкий с лимоном	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК Каша молочная пшеничная с маслом Выпечка Чай сладкий

*с учетом сезонности овощей

Примерное 10 – дневное меню МБДОУ П.КИНГИСЕПСКСКИИ

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
ЗАВТРАК Каша манная молочная с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Масло сливочное II ЗАВТРАК Сок	ЗАВТРАК Каша геркулес молочная с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Масло сливочное Сыр порционный II ЗАВТРАК Фрукты	ЗАВТРАК Каша гречневая молочная с маслом Какао с молоком Хлеб пшеничный Масло сливочное II ЗАВТРАК Фрукты	ЗАВТРАК Каша пшеничная молочная с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Масло сливочное II ЗАВТРАК Фрукты	ЗАВТРАК Вермишель молочная с маслом Какао напиток с молоком Хлеб пшеничный Сыр порционный Масло сливочное II ЗАВТРАК Сок
ОБЕД Свекольник Рис отварной Рыба по -польски Хлеб ржаной Компот	ОБЕД Рассольник на мясном бульоне со сметаной Голубцы ленивые с курицей Хлеб ржаной Компот	ОБЕД Борщ на мясном бульоне со сметаной Гуляш мясной в молочно сливочном соусе Макароны отварные Кисель	ОБЕД Суп рыбный Пюре картофельное Котлета мясная Салат из моркови с яблоком/Салат из квашеной капусты * Хлеб ржаной Компот	ОБЕД Щи со сметаной Жаркое по – домашнему Овощи тушеные Хлеб ржаной Кисель
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК Рагу овощное Выпечка Чай сладкий	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК Омлет Свекла тушенная Хлеб пшеничный Чай сладкий	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК Пудинг творожный Повидло Чай сладкий	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК Капуста тушенная Чай сладкий	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК Запеканка творожно - рисовая Молоко сгущенное Чай сладкий

* с учетом сезонности овощей