

Согласованно:

Советом по питанию

МБДОУ «Шуйский детский сад»

«14» марта 2023 года

Утверждено:

заведующий

МБДОУ «Шуйский детский сад»

Т.В. Быкова

«14» марта 2023 года



Примерное

Циклическое десятидневное меню для организации питания детей

в возрасте от 1,5 до 3-х лет, в возрасте от 3-х до 7 лет

посещающих МБДОУ «Шуйский детский сад» с 10,5 часовым режимом

с. Шуйское 2023

1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день
Завтрак				
Каша пшеничная на молоке	Каша геркулесовая на молоке	Каша гречневая на молоке	Каша пшеничная на молоке	Каша манная на молоке
Какао на молоке	Кофейный напиток	Какао на молоке	Кофейный напиток	Какао на молоке
Печенье, сухари, пряники	Бутерброд с маслом	Хлеб пшеничный с маслом	Хлеб пшеничный с маслом	Хлеб пшеничный с маслом
Второй завтрак				
Сок	Фрукты	Сок	Кисломолочный продукт (снежок, йогурт)	Сок
Обед				
Щи из свежей капусты со сметаной	Борщ со сметаной	Суп рыбный	Суп гороховый	Суп с вермишелью на курином бульоне
Плов из курицы	Кура тушёная в томатном соусе	Тефтели мясные	Котлета рыбная	Картофель тушёный с куррой
	Перловка со сливочным маслом	Капуста тушёная	Рис с подливой	
Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
Ужин				
Омлет	Оладьи с повидлом, джемом	Биточки манные или пудинг со сгущённым молоком	Салат из свеклы	Пирожки печеные на дрожжевом тесте с начинкой
салат			рожки со сливочным маслом	
Чай сладкий	Чай сладкий	Чай сладкий	Чай сладкий	Чай сладкий
Хлеб пшеничный со сливочным маслом	салат	фрукты	печенье	Салат

6-й день	7-й день	8-й день	9-й день	10-й день
Завтрак				
Каша рисовая на молоке	Вермишель на молоке	Каша пшеничная на молоке	Каша геркулесовая на молоке	Каша манная на молоке
Кофейный напиток	Какао на молоке	Кофейный напиток	Какао на молоке	Кофейный напиток
Сухари, печенье, вафли	Бутерброд с сыром	Хлеб пшеничный с маслом	Сухарики, печенье, вафли	Хлеб пшеничный с маслом
Второй завтрак				
Сок	Фрукты	Сок	Йогурт/снежок	Сок
Обед				
Борщ со сметаной		Суп крестьянский	Суп гороховый	салат
Кура отварная	Щи со сметаной	Суфле из куры	Котлета рыбная	Суп с рисом на курином бульоне
Вермишель со сливочным маслом	Бефстроганов из печени с томатным соусом	Овощи (рагу) тушёные	Рис с томатным соусом	Гуляш из куры
Компот из сухофруктов	Перловка со сливочным маслом	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов	Греча со сливочным маслом
Хлеб ржаной	Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	*Компот из сухофруктов
	Хлеб ржаной			Хлеб ржаной
Ужин				
Омлет	Оладьи с джемом, повидлом	Рожки со сливочным маслом	Винегрет	Пирожки печенье на дрожжевом тесте с начинкой
салат		салат	печенье	чай сладкий
чай сладкий	чай сладкий	чай сладкий	чай сладкий	чай сладкий
Хлеб пшеничный с маслом	салат	печенье	Хлеб пшеничный	Фрукт или салат