

Утверждено
приказом директора
от 16.02.2024 № 22-д

Примерное меню
дошкольных групп МКОУ ЦО №4
на 10 дней
2023-2024 учебный год

<u>день</u>	<u>завтрак 1</u>	<u>завтрак 2</u>	<u>обед</u>	<u>полдник</u>
1 день 1 неделя	омлет – 65 г	яблоко – 70 г	Рассольник с мясом птицы – 200 г	молоко кипяченое – 150 г
	чай с сахаром – 180 г		гречка – 100 г	Булочка «Веснушка» - 60г
	бутерброд с маслом - 35/10		соус белый – 20 г	
			суфле из печени – 70 г	
			компот из с/ф- 180 г	
			хлеб ржаной – 40 г	
<u>день</u>	<u>завтрак 1</u>	<u>завтрак 2</u>	<u>обед</u>	<u>полдник</u>
2 день 1 неделя	Сырники – 120г	Сок – 150г	Суп крестьянский с мясом птицы – 200 г	чай с сахаром – 180 г
	Чай с молоком – 180 г		котлета из мяса птицы – 200 г	Печенье «Золушка»
	Бутерброд с джемом – 30/10 г		макароны отварные – 100 г	
			соус томатный	
			кисель – 180 г	
			хлеб ржаной – 40 г	
<u>день</u>	<u>завтрак 1</u>	<u>завтрак 2</u>	<u>обед</u>	<u>полдник</u>
3 день 1 неделя	Каша молочная боярская – 200 г	Апельсин – 70 г	Щи с мясом птицы, со сметаной – 200г	Чай с лимоном
	Кофейный напиток – 180 г		суфле рыбное с рисом	Булочка «Московская»
	Бутерброд с сыром 30/15		Винегрет – 60г	
			Компот из с/ф	
			Хлеб ржаной – 40 г	
<u>день</u>	<u>завтрак 1</u>	<u>завтрак 2</u>	<u>обед</u>	<u>полдник</u>
4 день 1 неделя	Пудинг творожный – 130 г	Сок – 150 г	Суп гороховый с мясом птицы	Кисель
	Подлива из киселя – 20 г		Макароны – 100 г	Печенье золушка
	чай с лимоном – 180 г		Соус томатный – 30 г	
	Булка «Умница»		Фрикадельки из курицы – 70 г	
			Компот из яблок – 180 г	

			хлеб ржаной – 40 г		
<u>день</u>	<u>завтрак 1</u>	<u>завтрак 2</u>	<u>обед</u>	<u>полдник</u>	
5 день 1 неделя	Каша рисовая молочная – 200г	Банан – 80г	Свекольник с мясом птицы – 200 г	Кисель - 180 г	
	какао с молоком – 180 г		Жаркое по- домашнему – 180 г		пирожок с повидлом – 60 г
	Бутерброд с маслом – 35/10		Компот из с/ф – 180 г		
			Хлеб ржаной – 40 г		
<u>день</u>	<u>завтрак 1</u>	<u>завтрак 2</u>	<u>обед</u>	<u>полдник</u>	
1 день 2 неделя	омлет – 65 г	яблоко – 70 г	Суп с мясом птицы с макаронными изделиями – 200г	молоко – 150 г	
	чай с лимоном		Суфле из мяса птицы – 70 г		печенье «Фантазия»
	Бутерброд с маслом 35/10		Салат из капусты – 60 г		
			компот из с/ф – 180 г		
			хлеб ржаной – 40 г		
<u>день</u>	<u>завтрак 1</u>	<u>завтрак 2</u>	<u>обед</u>	<u>полдник</u>	
2 день 2 неделя	Сырники – 120 г	Сок – 120 г	Суп гречневый с мясом птицы – 200г	Чай с молоком	
	Чай с сахаром – 180 г		Картофельное пюре – 100 г		Булочка «Веснушка»
	Булка с джемом – 35/10		Котлета рыбная – 70 г		
			Компот из с/ф – 180 г		
			хлеб ржаной – 40 г		
<u>день</u>	<u>завтрак 1</u>	<u>завтрак 2</u>	<u>обед</u>	<u>полдник</u>	
3 день 2 неделя	Суп молочный с макаронными изделиями – 180 г	Апельсин – 70 г	Борщ с мясом птицы со сметаной – 200г	Чай с сахаром – 180 г	
	Кофейный напиток – 180 г		Котлета из мяса птицы – 70 г		Печенье «Фантазия»
	Булка с сыром - 30/15		Рис отварной – 100 г		
			соус белый – 30 г		
			компот из яблок		

			– 180 г	
			хлеб ржаной – 40 г	
<u>день</u>	<u>завтрак 1</u>	<u>завтрак 2</u>	<u>обед</u>	<u>полдник</u>
4 день 2 неделя	Творожная запеканка – 130г	сок – 150 г	Суп рыбный - 200 г	Чай с сахаром – 180 г
	соус из киселя – 30 г		икра морковная – 50 г	Пирожок с повидлом – 70 г
	чай с лимоном – 180 г		суфле из мяса птицы с рисом – 150 г	
	Булка – 35 г		Компот из с/ф – 180 г	
<u>день</u>	<u>завтрак 1</u>	<u>завтрак 2</u>	<u>обед</u>	<u>полдник</u>
5 день 2 неделя	Каша манная молочная – 200 г	банан	Щи с мясом птицы – 200 г	кисель – 180 г
	какао с молоком -180 г		Плов из мяса птицы – 180 г	Печенье «Фантазия»
	Бутерброд с маслом – 35/10		салат из свеклы – 60 г	
			Компот из с/ф	
			хлеб ржаной – 40 г	