

Согласовано:
 Заведующий МКДОУ
 «Сладковский детский сад «Ромашка»
 _____ Е.В.Кайгородова

Примерное 10-дневное меню для детей с 3 до 7 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
ЗАВТРАК Каша кукурузная Чай Хлеб с маслом 10:00 Сок	ЗАВТРАК Суп молочный с макаронами Чай с лимоном Хлеб с сыром 10:00 Фрукты	ЗАВТРАК Каша манная Чай Хлеб с маслом 10:00 Сок	ЗАВТРАК Омлет Кофейный напиток Хлеб с сыром 10:00 Фрукты	ЗАВТРАК Каша рисовая Какао с молоком Хлеб с шок. маслом 10:00 Фрукты,с
ОБЕД Салат овощной Суп крестьянский Голубцы ленивые Кисель Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	ОБЕД Салат из соленого огурца с луком Суп-борщ со сметаной Картофельное пюре Котлета рыбная Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный, ржаной	ОБЕД Салат овощной Суп гороховый Со сметаной Греча, кнели мясные Компот из шиповника Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	ОБЕД Суп-пюре с гречками Макароны Гуляш из печени Сок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	ОБЕД Уха рыбацкая со сметаной сложный гарнир котлета куриная Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной
ПОЛДНИК Молоко Булочка	ПОЛДНИК Сок Запеканка из творога со сгущенным молоком	ПОЛДНИК Биойгурт Выпечка	ПОЛДНИК Чай Пудинг манный Хлеб пшеничный	ПОЛДНИК Чай с молоком Кондитерские Салат овощной
6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ЗАВТРАК Каша геркулесовая Чай Хлеб с маслом 10:00 Сок	ЗАВТРАК Суп молочный Чай с лимоном Хлеб с сыром 10: 00 Фрукт	ЗАВТРАК Каша «Ассорти» Чай Хлеб шоколадным маслом 10:00 Сок	ЗАВТРАК Омлет Какао с молоком Хлеб с маслом 10:00 Фрукт	ЗАВТРАК Каша пшеничная Кофейный напиток Хлеб с сыром 10:00 Сок
ОБЕД Салат овощной Суп с домашней лапшой со сметаной Бигус с мясом Кисель Хлеб пшеничный, ржаной	ОБЕД Салат овощной Суп-щи со сметаной Картофельное пюре Котлета мясная Компот Хлеб пшеничный, ржаной	ОБЕД Салат овощной Суп рассольник Макароны отварные Суфле из печени Компот из шиповника Хлеб пшеничный, ржаной	ОБЕД Суп -овощной Со сметаной Плов Сок Хлеб пшеничный, ржаной	ОБЕД Салат овощной Суп свекольник сметаной Рыба под омлетом Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный, ржаной
ПОЛДНИК Молоко Булочка	ПОЛДНИК сок Блюдо из творога	ПОЛДНИК Снежок Выпечка	ПОЛДНИК Чай Салат, хлеб	ПОЛДНИК Чай с молоком Хлеб с повидлом

Согласовано:
 Заведующий МКДОУ
 «Сладковский детский сад «Ромашка»
 _____ Е.В.Кайгородова

Примерное 10-дневное меню для детей с 1,5 до 3 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
ЗАВТРАК Каша кукурузная Чай Хлеб с маслом 10:00 Сок	ЗАВТРАК Суп молочный с макаронами Чай с лимоном Хлеб с сыром 10:00 Фрукты	ЗАВТРАК Каша манная Чай Хлеб с маслом 10:00 Сок	ЗАВТРАК Омлет Кофейный напиток Хлеб с сыром 10:00 Фрукты	ЗАВТРАК Каша рисовая Какао с молоком Хлеб с шок. маслом 10:00 Фрукты
ОБЕД Салат овощной Суп крестьянский Голубцы ленивые Кисель Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	ОБЕД Салат из соленого огурца с луком Суп-борщ со сметаной Картофельное пюре Котлета рыбная Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный, ржаной	ОБЕД Салат овощной Суп гороховый Со сметаной Греча, кнели мясные Компот из шиповника Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	ОБЕД Суп-пюре с гречками Макароны Гуляш из печени Сок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	ОБЕД Уха рыбацкая со сметаной сложный гарнир котлета куриная Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной
ПОЛДНИК Молоко Булочка	ПОЛДНИК Сок Запеканка из творога со сгущенным молоком	ПОЛДНИК Биойгурт Выпечка	ПОЛДНИК Чай Пудинг манный Хлеб пшеничный	ПОЛДНИК Чай с молоком Кондитерские Салат овощной
6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ЗАВТРАК Каша геркулесовая Чай Хлеб с маслом 10:00 Сок	ЗАВТРАК Суп молочный Чай с лимоном Хлеб с сыром 10:00 Фрукт	ЗАВТРАК Каша «Ассорти» Чай Хлеб шоколадным маслом 10:00 Сок	ЗАВТРАК Омлет Какао с молоком Хлеб с маслом 10:00 Фрукт	ЗАВТРАК Каша пшеничная Кофейный напиток Хлеб с сыром 10:00 Сок
ОБЕД Салат овощной Суп с домашней лапшой со сметаной Бигус с мясом Кисель Хлеб пшеничный, ржаной	ОБЕД Салат овощной Суп-щи со сметаной Картофельное пюре Котлета мясная Компот Хлеб пшеничный, ржаной	ОБЕД Салат овощной Суп рассольник Макароны отварные Суфле из печени Компот из шиповника Хлеб пшеничный, ржаной	ОБЕД Суп -овощной Со сметаной Плов Сок Хлеб пшеничный, ржаной	ОБЕД Салат овощной Суп свекольник сметаной Рыба под омлетом Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный, ржаной
ПОЛДНИК Молоко Булочка	ПОЛДНИК сок Блюдо из творога	ПОЛДНИК Снежок Выпечка	ПОЛДНИК Чай Салат, хлеб	ПОЛДНИК Чай с молоком Хлеб с повидлом

