

Утверждаю:
И.О.Заведующий МБДОУ «Детский сад №12»
О.А. Калмыкова

«09» января 2024 г.



Десятидневное меню.

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
ЗАВТРАК	1. Каша овсяная из хлопьев геркулес на сухом молоке с маслом сливоч. 2. Хлеб пшеничный с маслом сливочным 3. Чай с сахаром	1. Пудинг из творога с рисом со слад.соусом или молоч.соусом 2. Хлеб пшеничный с маслом сливочным 3. Кофе с молоком	1.Тефтели рыбные запеч.в томат. соусе с макар.издел. 2. Хлеб пшеничный с маслом сливочным 3.Чай с сахаром	1. Каша молочная манная с маслом сливочным 2. Хлеб пшеничный с маслом сливочным и с сыром 3. Какао с молоком	1. Каша молочная «Дружба» с маслом сливочным или Вермишель молочная 2. Хлеб пшеничный с маслом сливочным 3. Чай с сахаром	1. Каша рисовая на сухом молоке с маслом сливочным 2. Хлеб пшеничный с маслом сливочным 3. Чай с сахаром	1.Запеканка из творога «Бабка» со слад.соусом . или молоч.соусом 2. Хлеб пшеничный с маслом сливочным 3.Какао с молоком	1 Каша молочная пшённая с маслом сливочным 2. Хлеб пшеничный с маслом сливочным 3. Чай с сахаром	1. Каша молочная манная с маслом сливочным 2 Хлеб пшеничный с маслом сливочным 3. Кофе с молоком	1. Каша молочная гречневая с маслом сливочным 2. Хлеб пшеничный с маслом сливочным 3. Чай с сахаром или какао с молоком
ОБЕД	1. Щи «Крестьянские» с пшеном на мясном бульоне 2. Гуляш из отварного мяса с гречей 3. Компот из сухофруктов с аскорб.к-той 4. Хлеб ржаной	1. Суп рассольник «Ленинградский» на мясном бульоне 2. Мясная котлета с гороховым пюре 3. Компот из сухофруктов с аскорб.к-той 4.Хлеб ржаной	1.Салат из капусты 2.Борщ из св. капусты на мясном бульоне 3. Подлива из гов. печени с картоф. пюре или Картофельная запеканка с гов. печенью 4. Компот из сухофруктов с аскорб.к-той 5.Хлеб ржаной	1. Суп картофельный с макаронными изд.с куриным филе 2. Котлета из куриного филе со сложным гарниром(карт., капуста) 3. Компот из сухофруктов с аскорб.к-той 4.Хлеб ржаной	1. Суп картофельный с крупой (греча) на мясном бульоне 2. Капуста тушенная с мясом или плов с мясом 3. Компот из сухофруктов с аскорб.к-той 4.Хлеб ржаной	1. Суп картофельный с мучными клёцками на мясном бульоне 2. Мясные тефтели в томатном соусе с макар.издел. 3. Компот из сухофруктов с аскорб.к-той 4.Хлеб ржаной	1. Суп гороховый с гречками на мясном бульоне 3. Жаркое по домашнему с мясом 4. Компот из сухофруктов с аскорб.к-той 5.Хлеб ржаной	1. Щи из свеж. капусты на мясном бульоне 2. Рыбная котлета «Любительская» с рисом и томатным соусом 3.Компот из сухофруктов с аскорб.к-той 4.Хлеб ржаной	1. Салат из капусты 2. Свекольник с куриным филе 3. Фрикадел. из кур.филе в т/соусе с картофельным пюре 4. Компот из сухофруктов с аскорб.к-той 5.Хлеб ржаной	1.Салат из свёклы 2. Суп картофельный на мясном бульоне 3. Ленивые голубцы в томатном соусе 4. Компот из сухофруктов с аскорб.к-той 5.Хлеб ржаной
ПОЛДНИК	1. Пирожок с повидлом или сырники со слад.подливой 2. Молоко или Какао с молоком 3. Фрукт	1.Винегрет или салат из свёклы 2.Яйцо варёное 3.Хлеб пшеничный 4.Чай с сахаром	1. Блины с маслом сливочным или сладким соусом (манный пирог) 2. Йогурт	1.Рыбная котлета или Булочка плетёнка 2. Хлеб пшеничный 3. Сок	1. Булочка «Российская» или пирожок с капустой 2. Чай с сахаром	1. Пирог с творогом 2. Молоко 3. Фрукт	1 Салат из моркови или (икра свекольная) 2.Гренка с сыром 3.Чай с сахаром 4.Фрукт	1. Булочка «Российская» или булочка плетёнка 2. Йогурт	1. Рыба под омлетом или рыбная котлета 2. Хлеб пшеничный 3. Сок	1.Салат из картофеля с солёными огурцами и зелён.горош. или омлет 2.Печенье 3. Кисель или чай сладкий.