

<p><b>7 День</b></p> <p><b>Завтрак:</b> Молочная ячневая каша Хлеб с сыром Чай с сахаром</p>	<p><b>8 День</b></p> <p><b>Завтрак:</b> Молочная пшеничная каша Хлеб с маслом Чай с сахаром</p>	<p><b>9 День</b></p> <p><b>Завтрак:</b> Омлет натуральный Зеленый горошек Хлеб с джемом Чай сахаром</p>
<p><b>Второй завтрак:</b> Сок фруктовый</p> <p><b>Обед:</b> Борщ со сметаной на к/б Плов со свиной Соленый огурец Компот из сухофруктов Хлеб ржаной, хлеб пшеничный</p>	<p><b>Второй завтрак:</b> Молоко, печенье</p> <p><b>Обед:</b> Суп « Шахтерский» с гречкой на мясе курицы Отварная вермишель Рыбные биточки Свежий помидор Компот из сухофруктов Хлеб ржаной, хлеб пшеничный</p>	<p><b>Второй завтрак:</b> сок фруктовый</p> <p><b>Обед:</b> Щи из свежей капусты на мясе курицы Гречка отварная Бефстроганны из свинины Салат « Рыжик» из свежей моркови Компот из сухофруктов Хлеб ржаной, хлеб пшеничный</p>
<p><b>Уплотненный</b> Манник <b>полдник:</b> Сладкий соус Чай с сахаром</p>	<p><b>Уплотненный</b> Жаркое по-домашнему с мясом <b>полдник:</b> курицы Хлеб Чай с сахаром</p>	<p><b>Уплотненный</b> Пирожок с картофелем <b>полдник:</b> Яблоко Чай с сахаром</p>
<p><b>10 день</b></p>		
<p><b>Завтрак:</b> Молочная кукурузная каша Хлеб с маслом Какао</p>		
<p><b>Второй завтрак:</b> Сок фруктовый, пряник</p>		
<p><b>Обед:</b> Суп «Емеля» (рыбный) Картофельное пюре Голень запеченная в духовке Салат «Осенний» ( соленый огурец, лук) Компот из сухофруктов Хлеб ржаной, хлеб пшеничный</p>		
<p><b>Уплотненный</b> Сладкий плов с изюмом <b>полдник:</b> Кисель</p>		

<b>1 День</b>	<b>2 День</b>	<b>3 День</b>
<b>Завтрак:</b> Молочная овсяная каша Хлеб с маслом Какао на цельном молоке	<b>Завтрак:</b> Отварные макароны Сыр Какао	<b>Завтрак:</b> Омлет натуральный Сладкая кукуруза Хлеб с маслом Чай с сахаром
<b>Второй завтрак:</b> снежок  <b>Обед:</b> Рассольник со сметаной на к/б Рис припущенный Мясные биточки Салат из моркови Компот из сухофруктов Хлеб ржаной, хлеб пшеничный	<b>Второй завтрак:</b> Сок фруктовый  <b>Обед:</b> Суп гороховый с гречками на мясе курице Гречка отварная Гуляш из мяса курицы Свежий помидор Компот из сухофруктов Хлеб ржаной, хлеб пшеничный	<b>Второй завтрак:</b> Варенец  <b>Обед:</b> Щи из свежей капусты со сметаной на мясе курицы Жаркое по-домашнему со свиной Салат из лобы Компот из сухофруктов Хлеб ржаной, хлеб пшеничный
<b>Уплотненный полдник:</b> Пельмени отварные Чай с сахаром	<b>Уплотненный полдник:</b> Вареники с творогом Чай с сахаром	<b>Уплотненный полдник:</b> Суп картофельный на мясе курицы Хлеб Чай с сахаром
<b>4 День</b>  <b>Завтрак:</b> Молочная пшеничная каша Хлеб с сыром Чай с сахаром	<b>5 День</b>  <b>Завтрак:</b> Молочная манная каша Хлеб с повидлом Кофейный напиток	<b>6 День</b>  <b>Завтрак:</b> Молочная рисовая каша Хлеб с маслом Какао
<b>Второй завтрак:</b> молоко, печенье  <b>Обед:</b> Суп с вермишелью на мясе курицы Ленивые голубцы со свиной Компот из сухофруктов Хлеб ржаной, хлеб пшеничный	<b>Второй завтрак:</b> Сок фруктовый  <b>Обед:</b> Свекольник со сметаной на мясе курицы Картофельное пюре Рыба тушеная с овощами Салат из свежей капусты Компот из сухофруктов Хлеб ржаной, хлеб пшеничный	<b>Второй завтрак:</b> Снежок  <b>Обед:</b> Суп с клецками на мясе курицы Азу со свиной Свежий помидор Компот из сухофруктов Хлеб ржаной, хлеб пшеничный
<b>Уплотненный полдник:</b> Булочка домашняя Фруктовый салат Чай с сахаром	<b>Уплотненный полдник:</b> Отварные макаронные изделия ½ яйца Ягодный напиток	<b>Уплотненный полдник:</b> Сырники Сметанный соус Чай с сахаром

МДОБУ детский сад общеразвивающего вида № 33 «Ручеек» с. Михайловка Михайловского муниципального района

Утверждено:

Заведующий МДОБУ *И.В. Каграманова*



Примерное десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 2 до 7 лет.

2022 год