

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 48»
Э.В. Колобродова
«03» июня 2024 г.



Примерное циклическое десятидневное (летнее) меню

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
ЗАВТРАК				
1. Макароны отварные с сыром 2. Печенье, сливочное масло 3. Чай с сахаром	1. Каша пшеничная молочная 2. Хлеб пшеничный, сливочное масло, сыр 3. Кофейный напиток	1. Каша «Дружба» молочная 2. Хлеб пшеничный, сливочное масло 3. Какао с молоком	1. Суп молочн. с макарон. изд. 2. Хлеб пшеничный, сливочное масло 3. Кофейный напиток	1. Каша манная молочная 2. Хлеб пшеничный, сливочное масло, сыр 3. Какао
II ЗАВТРАК				
Сок фруктовый	Фрукт	Сок фруктовый	Фрукт	Сок фруктовый
ОБЕД				
1. Суп картофельный с клецками 2. Плов из отварной курицы 3. Салат из свежих помидоров 4. Хлеб ржаной. 5. Компот из яблок и ягод	1. Суп гороховый на к/б с гренками 2. Котлета рыбная 3. Картофель отварной с маслом 4. Салат из св. огурцов с луком 5. Хлеб ржаной 6. Компот из ягод	1. Щи из свежей капусты 2. Сердце в соусе 3. Каша гречневая рассыпчатая 4. Салат из св. помидоров и св. огурцов 5. Хлеб ржаной 6. Напиток из шиповника	1. Суп крестьянский на к/б с крупой 2. Рыба тушеная в сметанном соусе 3. Картофель отварной 4. Салат из капусты 5. Хлеб ржаной 6. Компот из апельсинов с яблоками	1. Суп харчо на к/б 2. Шницель 3. Макароны отварные 4. Салат из св. помидоров с перцем 5. Хлеб ржаной 6. Компот из ягод
ПОЛДНИК				
1. Запеканка из творога 2. Кефир с сахарным сиропом	1. Вафля 2. Кефир с сахарным сиропом	1. Рогалик с мармеладом 2. Кефир с сахарным сиропом	1. Кукурузн. палочки 2. Кефир с сахарным сиропом	1. Сырники из творога 2. Кефир с сахарным сиропом
УЖИН				
1. Каша из овсяных хлопьев молочная 2. Хлеб пшеничный 3. Кофейный напиток	1. Пудинг овощной 2. Помидор свежий 3. Хлеб пшеничный 4. Кисель из варенья	1. Омлет натуральный 2. Салат из моркови 3. Хлеб пшеничный 2. Компот из яблок	1. Рис с овощами 2. Помидор свежий 3. Хлеб пшеничный 4. Чай с сахаром	1. Рагу из овощей с кабачками 2. Хлеб пшеничный 3. Кисель из варенья

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ЗАВТРАК				
1. Каша гречневая рассыпчатая с сахаром 2. Печенье, сливочное масло 3. Чай с сахаром	1. Каша манная молочная 2. Хлеб пшеничный, сливочное масло, сыр 3. Кофейный напиток	1. Каша рисовая молочная 2. Хлеб пшеничный, сливочное масло 3. Какао с молоком	1. Каша гречневая молочная 2. Хлеб пшеничный, сливочное масло 3. Кофейный напиток	1. Суп молочн. с мак. изд. 2. Хлеб пшеничный, сливочное масло, сыр 3. Какао с молоком
II ЗАВТРАК				
Сок фруктовый	Фрукт	Сок фруктовый	Фрукт	Сок фруктовый
ОБЕД				
1. Суп с макаронными изделиями и картофелем 2. Рагу из птицы 3. Салат из помидоров 4. Хлеб ржаной 5. Компот из ягод	1. Щи из свежей капусты 2. Рыба с овощами 3. Перловка отварная 4. Салат из св. помидоров и огурцов 4. Хлеб ржаной 5. Напиток из шиповника	1. Суп фасолевый с гренками 2. Жаркое из сердца 3. Салат из св. огурцов с луком 4. Хлеб ржаной 5. Компот из яблок с лимоном	1. Суп картофельный 2. Кабачки фаршированные мясом и рисом 3. Салат витаминный 3. Хлеб ржаной 4. Компот из яблок и ягод	1. Суп овощной 2. Рыба ,запеч. в омлете 3. Картофель отварной 4. Салат из св. помидоров 5. Хлеб ржаной 6. Компот из апельсинов с яблоком
ПОЛДНИК				
1. Запеканка рисовая с творогом 2. Кефир с сахарным сиропом	1. Мармелад 2. Кефир с сахарным сиропом	1. Вареники ленивые 2. Кефир с сахарным сиропом	1. Кукурузн. палочки 2. Кефир с сахарным сиропом	1. Кефир с сахарным сиропом 2. Ватрушка с повидлом
УЖИН				
1. Каша пшеничная молочная 2. Хлеб пшеничный 3. Молоко	1. Макароны, запеченные с яйцом 2. Салат из моркови 3. Хлеб пшеничный 4. Компот из ягод	1. Рагу из овощей с кашей 2. Хлеб пшеничный 3. Чай с сахаром	1. Пудинг маннй 2. Кисель из варенья	1. Яйцо вареное 2. Салат из капусты с яблоком 2. Хлеб пшеничный 3. Чай с сахаром