Утверждаю

Заведующая

МАДОУ Детский сад «Радуга»

Дармаева О.Ю

**Примерное 10-дневное меню**

**МАДОУ Детский сад «Радуга»**

**1-я неделя**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| п/п | **Завтрак** | **Обед** | **Полдник** |
| 1 | Каша манная  Чай с сахаром  Баранки | Салат: зимний  Суп рассольник  Отварная лапша с тушенкой  Компот из сухофруктов  Хлеб | Хлеб с маслом с сыром  Чай с молоком  Песочное печенье |
| 2 | Суп молочный с вермишелью  Какао  Хлеб с маслом | Салат: рыбный  Суп харчо  Овощное рагу  Кисель плодово-ягодный  Хлеб | Яйцо отварное  Чай с молоком  Хлеб  Апельсины |
| 3 | Каша пшенная  Чай с сахаром  Хлеб | Салат: свекольный с изюмом  Суп с лапшой  Плов  Сок натуральный  Хлеб | Каша «Дружба»  Чай с молоком  Хлеб с маслом |
| 4 | Каша гречневая на молоке  Кофейный напиток  Батон с маслом | Салат: овощной  Уха из сайры  Жаркое по – домашнему  Морс из ягод  Хлеб | Булочки домашние  Теплое молоко |
| 5 | Каша молочная рисовая  Чай с сахаром  Хлеб  Конфеты | Салат: морковь с сахаром  Щи  Гречка с котлетой  Чай с лимоном  Хлеб | Чай с молоком  Хлеб с маслом  Груши  Круассаны |

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ Детский сад «Радуга»

Дармаева О.Ю

**Примерное 10-дневное меню**

**МАДОУ Детский сад «Радуга»**

**2-я неделя**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| п/п | **Завтрак** | **Обед** | **Полдник** |
| 1 | Каша манная  Чай с сахаром  Сухари | Салат: винегрет  Суп гороховый  Рис с тефтельками  Компот из кураги  Хлеб | Хлеб с маслом с сыром  Чай с молоком  Баранки |
| 2 | Яйцо отварное  Какао  Хлеб с маслом | Салат: огурцы, помидоры  Суп щи на костном бульоне  Перловка с гуляшом  Кисель плодово-ягодный  Хлеб | Блин со сгущенкой  Чай с молоком  Яблоки |
| 3 | Каша ячневая  Чай с сахаром  Хлеб  Конфеты | Салат: капуста с зеленым горошком  Суп борщ со сметаной  Лапша по-флотски  Каркадэ  Хлеб | Каша рисовая  Чай с молоком  Хлеб с маслом |
| 4 | Каша гречневая на молоке  Кофейный напиток  Батон с маслом | Салат: икра кабачковая  Пельмени  Пюре с рыбными котлетами  Сок натуральный  Хлеб | Творожная запеканка  Чай с молоком |
| 5 | Лапша отварная с маслом  Чай с сахаром  Хлеб с маслом | Салат: морковь с яблоками  Суп с домашней лапшой  Солянка с мясом  Какао  Хлеб | Кекс  Чай с молоком  Бананы |