*Утверждаю:*

*Заведующий МБДОУ «Детский сад № 10»*

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В.Молодых*

***ДВАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** | |
| 1. Каша манная молочная с маслом сливочным 2. Хлеб с маслом 3. Чай   10 часов – сок фруктовый | 1. Суп «Щи» со свежей капустой со сметаной 2. Макаронные изделия, отварные 3. Соус из мяса 4. Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб | 1. Молоко (ясли) 2. Чай с молоком (сад) 3. Пряник 4. Фрукт |
| **2 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Омлет запеченный или паровой 2. Салат из свежих помидор с растительным маслом или зеленый горох, кукуруза 3. Хлеб с сыром 4. Какао с молоком   10 часов – сок фруктовый | 1. Суп картофельный с рыбой 2. Капуста тушеная 3. Котлета из мяса говядины 4. Компот из кураги и изюма 5. Хлеб | 1. Молоко (ясли) 2. Чай (сад) 3. Сдоба обыкновенная |
| **3 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Запеканка из творога 2. Соус молочный сладкий 3. Кофейный напиток с молоком 4. Хлеб   10 часов – сок фруктовый | 1. Рассольник с перловой крупой 2. Суфле из печени с рисом или суфле из куры 3. Соус 4. Салат из свежей капусты и помидоров с растительным маслом 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб | 1. Молоко (ясли) 2. Какао с молоком (сад) 3. Ватрушка со сметаной |
| **4 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Суп молочный с крупой, ½ отварного яйца 2. Чай 3. Хлеб с маслом   10 часов – сок фруктовый | 1. Борщ со сметаной 2. Картофельное пюре 3. Рыба запеченная 4. Салат из свежих огурцов с растительным маслом или из свежей капусты 5. Компот из кураги и изюма 6. Хлеб | 1. Молоко (ясли) 2. Чай с молоком (сад) 3. Пирог с капустой и яйцом |
| **5 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Каша рисовая молочная с маслом сливочным 2. Хлеб с сыром 3. Чай   10 часов – сок фруктовый | 1. Суп с фрикадельками 2. Каша гречневая (перловая) вязкая 3. Мясо кур отварное в соусе 4. Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом 5. Хлеб | 1. Молоко (ясли) 2. Чай (сад) 3. Хлеб с повидлом 4. Фрукт |
| **6 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Макаронные изделия отварные, икра 2. Хлеб 3. Чай   10 часов – сок фруктовый | 1. Суп-пюре из картофеля с гренками 2. Морковь тушеная 3. Биточек из мяса говядины или сосиска или кура 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб | 1. Молоко (ясли) 2. Чай с молоком (сад) 3. Тавдинская булка. |
| **7 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Каша пшенная, молочная с маслом 2. Хлеб с маслом 3. Кофейный напиток с молоком   10 часов – сок фруктовый | 1. Суп волна 2. Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом кур с овощами или жаркое 3. Соус молочный (для подачи к блюду) 4. Салат из свежих помидор с растительным маслом 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб | 1. Молоко (ясли) 2. Чай (сад) 3. Ватрушка с творогом |
| **8 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Запеканка из творога 2. Соус молочный сладкий 3. Хлеб 4. Какао с молоком   10 часов – сок фруктовый | 1. Суп крестьянский 2. Свекла, тушенная в сметанном соусе 3. Сосиски отварные или котлета 4. Компот из кураги и изюма 5. Хлеб | 1. Молоко (ясли) 2. Чай (сад) 3. Калач деревенский 4. Фрукт |
| **9 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным 2. Хлеб с сыром 3. Чай   10 часов – сок фруктовый | 1. Суп с клецками 2. Плов 3. Салат из свеклы 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб | 1. Молоко (ясли) 2. Чай с молоком (сад) 3. Расстегай с рыбой и рисом |
| **10 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Суп молочный с лапшой 2. Хлеб с маслом 3. Чай   10 часов – сок фруктовый | 1. Суп гороховый 2. Капуста тушеная 3. Мясо кур отварное в соусе 4. Компот из кураги 5. Хлеб | 1. Молоко (ясли)  2. Чай (сад)  3. Печенье  4. Фрукт |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **11 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** | |
| 1. Омлет 2. Хлеб с маслом 3. Салат из зеленого горошка 4. Чай с молоком   10 часов – сок фруктовый | 1. Суп–пюре картофельный 2. Каша гречневая, котлета 3. Соус томатный 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб | 1. Чай с молоком 2. Булочка домашняя |
| **12 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Каша ячневая с маслом 2. Хлеб с сыром 3. Кофейный напиток с молоком   10 часов – сок фруктовый | 1. Свекольник со сметаной на курином бульоне 2. Голубцы ленивые 3. Соус молочный 4. Компот из сухофруктов | 1. Молоко (ясли) 2. Чай (сад) 3. Вафли 4. Фрукт |
| **13 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Каша пшенная с маслом 2. Хлеб с маслом 3. Какао   10 часов – сок фруктовый | 1. Суп гороховый 2. Суфле из печени или куры 3. Соус томатный 4. Салат из капусты 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб | 1. Молоко (ясли) 2. Чай (сад) 3. Шаньга картофельная |
| **14 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Каша манная 2. Хлеб с маслом 3. Какао   10 часов – сок фруктовый | 1. Суп крестьянский 2. Картофельное пюре 3. Салат из кукурузы 4. Сосиска, котлета (ясли) 5. Компот 6. Хлеб | 1. Кофейный напиток 2. Ватрушка с творогом |
| **15 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Запеканка творожная, соус молочный 2. Хлеб 3. Какао   10 часов – сок фруктовый | 1. Суп Уха 2. Плов из мяса говядины 3. Соус томатный 4. Салат из свеклы 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб | 1. Молоко (ясли) 2. Чай (сад) 3. Хлеб с маслом и сыром |
| **16 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Рожки отварные 2. ½ яйца или икра 3. Хлеб с маслом 4. Чай   10 часов – сок фруктовый | 1. Суп Крестьянский 2. Гуляш 3. Перловка отварная 4. Компот из сухофруктов 5. Салат из помидоров | 1. Молоко (ясли) 2. Чай (сад) 3. Батон с повидлом 4. Фрукт |
| **17 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Каша ассорти (рис, греча) 2. Хлеб с маслом 3. Чай   10 часов – сок фруктовый | 1. Щи 2. Рыба в омлете 3. Салат из капусты 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб | 1. Какао 2. Сдоба тавдинская |
| **18 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Запеканка творожная 2. Соус молочный 3. Хлеб с сыром 4. Кофейный напиток на молоке   10 часов – сок фруктовый | 1. Суп волна 2. Жаркое 3. Салат из свежих огурцов 4. Шиповник 5. Хлеб | 1. Чай 2. Пирог с капустой |
| **19 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Каша геркулес 2. Хлеб с сыром 3. Какао   10 часов – сок фруктовый | 1. Суп с фрикадельками 2. Котлета или кура 3. Морковь тушеная 4. Шиповник 5. Хлеб | 1. Кофейный напиток с молоком 2. Ватрушка с повидлом |
| **20 день** | | |
| ***Завтрак*** | ***Обед*** | ***Полдник*** |
| 1. Суп молочный с рисом 2. Хлеб с маслом и сыром 3. Чай   10 часов – сок фруктовый | 1. Суп борщ 2. Запеканка картофельная с курой 3. Соус молочный 4. Салат из помидоров 5. Шиповник 6. Хлеб | 1. Какао 2. Печенье или пряник 3. Фрукт |