

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ «ЦРР

детский сад № 8»

Н.А. Любович

Приложение к приказу № 4 н.д

от «09» января 2021

**Примерное цикличное 10-ти дневное меню для детей, посещающих МАДОУ
«ЦРР детский сад №8» с 12 часовым пребыванием**

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
<p align="center">Завтрак</p> <p>Каша молочная манная с маслом сливочным -155 Бутерброд с маслом сливочным- 20/5 Чай с молоком - 150</p> <p align="center">2-ой завтрак</p> <p>Сок фруктовый или ягодный -100</p> <p align="center">Обед</p> <p>Щи с капустой, картофелем, с мясом, со сметаной-150/15/5 Печень по-строгановски-70 Макароны отварные-103 Компот из сухих фруктов -150 Хлеб ржаной - 40</p> <p align="center">Уплотненный полдник</p> <p>Пудинг из творога с рисом-80 молочный соус-30 Сдоба обыкновенная-50 Кисель из джема-150 Фрукты свежие-100</p>	<p align="center">Завтрак</p> <p>Яйцо вареное-1/2 Каша пшеничная молочная с маслом сливочным -153 Кофейный напиток с молоком-150 Бутерброд с маслом сливочным 20/5</p> <p align="center">2-ой завтрак</p> <p>Сок фруктовый или ягодный -100</p> <p align="center">Обед</p> <p>Суп картофельный с бобовыми изделиями, с мясом -150/15 Биточки мясные-55 Овощное рагу-120 Напиток лимонный -150 Хлеб ржаной -40</p> <p align="center">Уплотненный полдник</p> <p>Соленый огурец-30 Рыбные биточки-60 Картофельное пюре-120 Чай -150 Хлеб пшеничный-10 Печенье -15</p>	<p align="center">Завтрак</p> <p>Каша геркулесовая молочная с маслом -153 Чай с сахаром- 150 Бутерброд с маслом и сыром - 20/5/10</p> <p align="center">2-ой завтрак</p> <p>Сок фруктовый или ягодный -100</p> <p align="center">Обед</p> <p>Салат из соленых огурцов с зеленым горошком-45 Суп картофельный с рыбой-150/20 Тефтели мясные в соусе-90 Каша гречневая-100 Компот из сухих фруктов-150 Хлеб ржаной -40</p> <p align="center">Уплотненный полдник</p> <p>Салат из кукурузы консервированной-45 Сырники из творога -65 со сгущенным молоком-15 Ряженка -150 Фрукты свежие-100</p>	<p align="center">Завтрак</p> <p>Лапша молочная-150 Чай с молоком-150 Бутерброд с маслом -20/5</p> <p align="center">2-ой завтрак</p> <p>Сок фруктовый или ягодный -100</p> <p align="center">Обед</p> <p>Икра кабачковая-45 Суп из овощей на курином б-не, со сметаной-150/6 Плов из птицы-140 Компот из свежих фруктов -150 Хлеб ржаной -40</p> <p align="center">Уплотненный полдник</p> <p>Рыба, запеченная в омлете-60 Свекла тушеная в соусе-100 Чай -150 Хлеб пшеничный -20 Вафли (печенье)-15 Свежие фрукты-100</p>	<p align="center">Завтрак</p> <p>Каша Дружба молочная с маслом сливочным- 153 Какао с молоком-150 Бутерброд с маслом и сыром- 20/5/10</p> <p align="center">2-ой завтрак</p> <p>Сок фруктовый или ягодный -100</p> <p align="center">Обед</p> <p>Салат из соленых огурцов с луком- 45 Борщ с фасолью и картофелем, с мясом и сметаной-150/15/5 Голубцы ленивые в соусе-60 Картофельное пюре-120 Компот из сухих фруктов -150 Хлеб ржаной -40</p> <p align="center">Уплотненный полдник</p> <p>Омлет натуральный-80 Салат из горошка-40 Чай с лимоном-150 Фрукты свежие-100 Хлеб пшеничный-20</p>

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<p>Завтрак Каша молочная гречневая с маслом сливочным -153 Чай с молоком -150 Бутерброд с маслом сливочным - 20/5</p> <p>2-ой завтрак Сок фруктовый или ягодный -100</p> <p>Обед Соленый огурец-30 Щи со свежей капустой на мясном б-не со сметаной-150/5 Жаркое по домашнему-170 Компот из сухих фруктов -150 Хлеб ржаной - 40</p> <p>Уплотненный полдник Пирожок из слобного теста с капустой-60 Запеканка из творога с молочным соусом-120/30 Чай -150 Фрукты свежие-100 Печенье-15</p>	<p>Завтрак Яйцо вареное-1/2 Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным - 155 Какао с молоком -150 Бутерброд с маслом сливочным -20/5</p> <p>2-ой завтрак Сок фруктовый или ягодный - 100</p> <p>Обед Салат из свежей капусты-40 Борщ с капустой, картофелем с мясом, со сметаной -150/15/8 Биточки из говядины-55 Картофельное пюре -120 Напиток лимонный -150 Хлеб ржаной -40</p> <p>Уплотненный полдник Суфле из рыбы-80, Рис отварной с овощами-120 Чай -150 Хлеб пшеничный-12 Фрукты свежие-100 Вафли -15</p>	<p>Завтрак Лапша молочная -150 Чай с сахаром -150 Бутерброд с маслом и сыром- 20/5/10</p> <p>2-ой завтрак Сок фруктовый или ягодный-100</p> <p>Обед Суп картофельный с зеленым горошком с мясом, со сметаной- 150/15/5 Капуста тушеная с мясом-153 Компот из сухих фруктов -150 Хлеб ржаной -40</p> <p>Уплотненный полдник Салат из кукурузы консервированной -45 Пудинг из творога с яблоком и шоколадным соусом-100/15 Кефир -150 Фрукты свежие-100 Мармелад -15</p>	<p>Завтрак Яйцо вареное-1/2 Каша молочная из смеси круп с маслом сливочным-153 Чай с молоком -150 Бутерброд с маслом -20/5</p> <p>2-ой завтрак Сок фруктовый или ягодный - 100</p> <p>Обед Икра кабачковая-645 Рассольник домашний с птицей, со сметаной-150/10/5 Котлета рубленая из цыплят-50 Макароны отварные-103 Кисель из варенья-150 Хлеб ржаной -40</p> <p>Уплотненный полдник Шницель рыбный натуральный-60 Овощное рагу-120 Чай -150 Хлеб пшеничный-15</p>	<p>Завтрак Каша рисовая молочная с маслом сливочным - 153 Кофейный напиток с молоком- 150 Бутерброд с маслом и сыром - 20/5/10</p> <p>2-ой завтрак Сок фруктовый или ягодный- 100</p> <p>Обед Салат из зеленого горошка -40 Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной- 150/15/6 Рыбные фрикадельки, запеченные в молочном соусе- 75 Картофельное пюре-120 Компот из сухих фруктов-150 Хлеб ржаной -40</p> <p>Уплотненный полдник Пудинг из говядины-60 Капуста тушеная-100 Хлеб пшеничный-10 Чай с лимоном-150 Фрукты свежие-100</p>