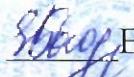


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Малыш»

«УТВЕРЖДЕНО»

Заведующим МБДОУ

«Детский сад «Малыш»

 Е.И.Богодухова

Приказ № 73

от «01 » сентября 2023 г

Примерное 10-дневное меню для детей

от 1,8 года до 3 лет,

и от 3 лет до 7 лет с 10,5 часовым пребыванием

в дошкольном учреждении

(осенне-зимний период)

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
<p>Завтрак: Каша пшеничная Чай с сахаром лимоном, Хлеб с маслом</p> <p>Обед: Борщ Гуляш с гречкой Салат: из свежих огурцов Компот из сухофруктов Хлеб</p> <p>Полдник: Бананы Чай с сахаром</p> <p>Ужин: фруктовый плов Чай с сахаром</p>	<p>Завтрак: каша кукурузная бутерброд с сыром с маслом</p> <p>Обед: суп бабушкин Жаркое по домашнему Салат: из свежей капусты с морковью</p> <p>Компот из шиповника Хлеб</p> <p>Полдник: зефир чай с молоком</p> <p>Ужин: картофельное пюре с салатом из соленых огурцов, хлеб, чай с сахаром</p>	<p>Завтрак: каша геркулес бутерброд с повидлом, чай с сахаром</p> <p>Обед: Суп полевой, капуста тушенная с мясом, компот из сухофруктов, хлеб</p> <p>Полдник: Булочка, чай с молоком</p> <p>Ужин: Творожно-манная запеканка, чай с сахаром</p>	<p>Завтрак: Каша дружба, чай с сахаром , хлеб с маслом с вареной сгущенкой</p> <p>Обед: Щи из свежей капусты, макароны с колбасой</p> <p>Салат: из свежих огурцов с помидорами Компот, хлеб</p> <p>Полдник: груша чай сахаром</p> <p>Ужин: омлет с овощами, Хлеб Чай с сахаром</p>	<p>Завтрак: каша манная Чай с сахаром Бутерброд с маслом и сыром</p> <p>Обед: суп с склецками Рыбная котлета с картофельным пюре</p> <p>Салат : здоровье Компот из сухофруктов Хлеб</p> <p>Полдник: сладкая колбаска,чай с молоком</p> <p>Ужин: макароны с сыром Чай с сахаром</p>
<p>6 день</p> <p>Завтрак: каша ячиевая Чай с сахаром Хлеб с маслом и повидлом</p> <p>Обед: суп по итальянски Макароны, котлета</p> <p>Салат: из морской капусты, хлеб Компот из груши</p> <p>Полдник : ватрушка с творогом, какао</p> <p>Ужин: макароны запеченные с яйцом, зеленый горошек ,чай с сахаром</p>	<p>7 день</p> <p>Завтрак: каша пшеничная Бутерброд с маслом и сыром, чай с сахаром</p> <p>Обед: свекольник ,плов с кабачковой икрой, компот из кураги и изюма, хлеб</p> <p>Полдник: апельсин , печенье, чай</p> <p>Ужин: Гречка с молоком, хлеб, чай с сахаром</p>	<p>8 день</p> <p>Завтрак: каша манная, какао, хлеб с маслом</p> <p>Обед: суп гороховый, суфле из печени с рисом</p> <p>Салат: из свежих помидор с огурцами с сладким перцем, хлеб, компот из шиповника</p> <p>Полдник: печенье , кефир</p> <p>Ужин: омлет с икрой кабачковой , чай с сахаром</p>	<p>9 день</p> <p>Завтрак: каша рисовая , бутерброд с маслом, чай с молоком</p> <p>Обед: суп рыбный, ленивые голубцы, хлеб</p> <p>Салат: из свежей капусты, компот из сухофруктов.</p> <p>Полдник: морковь с изюмом, чай с сахаром</p> <p>Ужин:молочный суп с вермишелью . Чай с сахаром, хлеб</p>	<p>10 день</p> <p>Завтрак: каша манная Хлеб с маслом с вареной сгущенкой , чай с молоком</p> <p>Обед: суп с домашней лапшой с курицей, азу по татарски</p> <p>Салат: салат из свежих огурцов и помидор Компот из сухофруктов Хлеб</p> <p>Полдник: яблоко, чай сахаром, печенье</p> <p>Ужин: молочный суп с пшеном,чай с сахаром, хлеб</p>