

Согласовано
Начальник ТО управления
Роспотребнадзора по
Башкирской Республике,
И.Ш.Халиуллин

Утверждено
Заведующий МБДОУ
«Татарско-Кандызский детский сад»
И.Ш.Халиуллин

**Примерное десятидневное меню
на осеннее зимний период по МБДОУ «Татарско-Кандызский детский сад»**

Дни	Завтрак	10.00	Обед	Подник уплотнённый
1.	Каша гречневая с маслом, с мясом Морковь пропущенная с сахаром Чай сладкий Батон (йодированный) с повидлом.	Сок	Суп вермишелевый на к/б Гуляш из кур(куры охлажденные), Капуста тушеная Кисель. Хлеб пшеничный (йодированный)	Омлет с зеленым горошком Молоко Хлеб пшеничный (йодированный) Яблоко.
2.	Каша пшеничная молочная. Батон (йодированный) м/с сыр Какао с молоком.	Сок	Салат из свеклы, Щи со сметаной на м/к бульоне Картофельная запеканка с мясом(мясо гов.1 категории) Напиток из лимона Хлеб пшеничный (йодированный)	Рыба тушеная с овощами Молоко. Хлеб пшеничный(йодированный)
3.	Творожно-манная запеканка со сгущенным молоком, Чай с молоком Батон(йодированный) м/с	Сок	Салат из моркови с яблоком Суп крестьянский со сметаной на м/к бульоне. Азу с мясом(мясо гов.1 категории) Компот из кураги Хлеб пшеничный(йодированный)	Оладьи с джемом. Катык
4.	Каша ячневая молочная. Батон(йодированный) м/с Сыр Кофейный напиток на молоке.	Сок	Салат из свеклы Суп гороховый на м/к бульоне Овощное рагу с мясом (мясо гов.1 категории)и со сметаной Кисель Хлеб пшеничный (йодированный)	Королевская ватрушка с творогом Хлеб пшеничный(йодированный) Кефир Апельсин
5.	Каша манная молочная. Батон(йодированный) м/с, сыр Чай сладкий с молоком.	Сок	Салат из свежей капусты и моркови Свекольник со сметаной на м/к бульоне. Котлета мясная (мясо гов.1 категории) Макароны отварные Компот из сухофруктов. Хлеб пшеничный(йодированный).	Тефтели рыбные с рисом и томатно-сметанным соусе. Молоко Хлеб(йодированный) Яблоко
6.	Плов с сухофруктами Чай Батон (йодированный) с повидлом	Сок	Суп лапша домашняя на к/б Куры отварные (куры охлажденные) с тушеной свеклой Кисель Хлеб (йодированный)	Омлет с сыром Молоко Хлеб(йодированный) Апельсин
7.	Каша «Дружба» молочная Батон (йодированный) м/с, сыр Какао с молоком	Сок	Салат из свежей капусты с морковью. Борщ со сметаной на м/к бульоне Тефтели мясные(мясо гов.1 категории) Картофельное пюре Напиток лимонный. Хлеб(йодированный)	Уха из рыбных консервов Кефир Печенье
8.	Суп молочный вермишелевый. Батон (йодированный) м/с, сыр. Кофейный напиток с молоком	Сок	Салат морковный Кулеш пшеничный на м/к бульоне Голубцы ленивые(мясо гов.1 категории) Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный(йодированный)	Зразы творожные с изюмом Катык Хлеб (йодированный)
9.	Вареники ленивые Чай Батон (йодированный) с повидлом	Сок	Вермишелевый суп сборный на м/к бульоне Жаркое по домашнему(мясо гов.1 категории) Отвар шиповника Хлеб пшеничный (йодированный)	Овощи тушеные Молоко Хлеб(йодированный) Яблоко
10.	Каша из «Геркулеса» молочная. Батон (йодированный) м/с. сыр Какао с молоком.	Сок	Салат из свежей капусты Рассольник на м/к бульоне Бефшкет с мясом(мясо гов.1 категории) Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный(йодированный)	Рыба запеченная под омлетом Молоко Хлеб(йодированный) Печенье

