



Утверждаю
Заведующий
МБДОУ «Детский сад №13
Абдуллина Р.В. _____

Приказ № 40 от «14» 09 2014 г.

**Примерное десятидневное меню
для питания детей дошкольного возраста,
посещающих МБДОУ «Детский сад №13 «Ивушка»
г.Нурлат РТ»**

Наименование блюда	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Каша геркулесовая молочная -200 Гренки – 85 Какао на молоке - 200	Каша ячневая молочная – 200 Хлеб с сыром - 85 Кофейный напиток - 200	Каша пшеничная молочная – 200 Хлеб с маслом – 8\40 Какао на молоке - 200	Каша манная молочная -200 Хлеб с маслом – 8\40 Чай сладкий - 200	Затеканка макаронная 200 Чай сладкий - 200	Затеканка макаронная – 200 Чай сладкий - 200	Гречка расыпчатая – 200 Гренки-85 Чай сладкий - 200	Сладкий плов – 200 Чай сладкий – 200 Хлеб с маслом – 8\40	Каша ячневая молочная – 200 Хлеб с маслом – 8\40 Кофейный напиток - 200	Каша рисовая молочная – 200 Хлеб с сыром – 15\40 Кофейный напиток - 200
2 Завтрак	Апельсин - 100	Апельсины - 100	Апельсины - 100	Апельсины - 100	Апельсины - 100	Яблоки -100	Апельсины - 100	Яблоки -100	Апельсины - 100	Яблоки -100
Обед	Суп полевой на м\б со сметаной – 250 Гуляш с макаронами - 220 Хлеб рж.-60 Хлеб пшен.-50 Компот из сухофруктов -200	Салат из морковки - 60 Суп шахтерский на м\б со сметаной – 250 Тертель с картофельным пюре - 220 Хлеб Рж-60 Хлеб пшен.-50 Компот из сухофруктов -200	Суп лапша домашняя – 200 Плов – 250 Хл.рж-60 Хлеб пшен.-50 Компот из сухофруктов -200	Салат стеной - 60 Суп свекольник на м\б со сметаной – 250 Рыба тушеная с макаронами и сметанным соусом - 220 Хлеб Рж-60 Хлеб пшен.-50 Компот из сухофруктов - 200	Салат с луком - 60 Суп рассольник на м\б со сметаной – 200 Бифстроганов с ячневой кашей - 220 Хл.рж-60 Хлеб пшен.-50 Компот из сухофруктов - 200	Суп полевой на м.к.б со сметаной – 200 Котлета с гречневой кашей и подливом-250 Хл.рж-60 Хлеб пшен.-50 Компот из сухофруктов -200	Суп вермишелевый на м.к.б со сметаной – 200 Тертель с картофельным пюре - 220 Хл.рж-60 Хлеб пшен.-50 Компот из сухофруктов - 200	Салат из морковки - 60 Суп шахтерский на м\б со сметаной – 250 Рыба с макаронами в сметанном соусе – 250 Хл.рж-60 Хлеб пшен.-50 Компот из сухофруктов - 200	Салат с луком - 60 Суп лапша домашняя – 200 Плов – 250 Хл.рж-60 Хлеб пшен.-50 Компот из сухофруктов - 200	Салат сиз овсян – 60 Суп шахтерский на м\б со сметаной – 250 Картофель тушеный – 250 Хл.рж-60 Хлеб пшен.-50 Компот из сухофруктов - 200
Поддник	Кефир – 200 Вафли - 50	Кисель 200 Вафли - 50	Ряженка - 200 Вафли – 50	Кисель - 200 Вафли - 50	Сок - 200	Кисель – 200 Вафли 50	Ряженка – 200 Печенья - 50	Кисель - 200 Вафли - 50	Кефир – 200 Печенье 50	Молоко- 200 Вафли - 50
Ужин	Расстегай – 200 Чай сладкий - 200	Королевская ватрушка - 200 Чай сладкий - 200	Каша дружба молочная – 200 Чай сладкий – 200 Хлеб - 60	Беляши – 60 Чай сладкий - 200 Хлеб - 40	Творожная затеканка – 200 Чай сладкий- 200	Расстегай – 200 Чай сладкий - 200	Королевская ватрушка - 200 Чай сладкий - 200	Треугольники – 200 Чай сладкий - 200	Творожная затеканка – 200 Какао на молоке - 200	Суп молочный вермишелевый – 200 Какао на молоке – 200 Хлеб - 60