

Утверждаю
Заведующий
МБДОУ «Детский сад №13



Абдуллина Р.В.

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

д/мес новани е блода	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Понедельни к	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
2 Завтра к	Каша гречневая молочная -200 Бутерброд с маслом - 50/8 Чай сладкий с молоком -200	Каша кукурузная молочная -200 Гренки с сыром -85 Чай сладкий с молоком -200	Каша яичневая молочная - 200 Бутерброд с маслом - 50/8 Чай с молоком - 200	Каша пшеничная молочная - 200 Бутерброд с маслом -50/8 Чай сладкий с молоком - 200	Каша рисовая молочная - 200 Гренки с сыром -85 Чай сладкий с молоком -200	Макаронны с сыром - 200 Пряник - 50 Чай сладкий с молоком -200	Каша яичневая молочная - 200 Гренки с сыром -85 Чай сладкий с молоком - 200	Каша рисовая молочная - 200 Бутерброд с маслом - 50/8 Чай сладкий с молоком - 200	Каша пшеничная молочная - 200 Гренки с сыром-85 Чай сладкий с молоком -200	Каша кукурузная молочная - 200 Бутерброд с маслом 50/8 Чай сладкий с молоком -200	Каша яичневая - 200 Гренки с сыром - 85 Чай сладкий с молоком - 200
2 Завтра к	Фрукты-100	Фрукты-100	Фрукты-100	Фрукты-100	Фрукты-100	Фрукты-100	Фрукты-100	Фрукты-100	Фрукты-100	Фрукты-100	Фрукты - 100
Обед	Салат с луком -60 Суп вермишелевый на м.к.б.- 250 Тефтели с пшеничной кашей и подливом - 220 Хлеб рж. -60 Компот из свежих фруктов-200	Салат из свежей моркови - 60 Суп полевой на м.к.б. со сметаной - 250 Куры отварные с рисом и подливом - 220 Хлеб рж -60 Компот из свежих фруктов -200	Салат из свежей капусты - 60 Суп шахтерский на м.к.б. со сметаной - 250 Рыба тушеная с картофельн ым пюре и подливом- 220 Хлеб рж.- 60 Компот из свежих фруктов - 200	Винегрет -60 Суп ши на м.к.б. со сметаной - 250 Куры отварные с макаронами и подливом - 220 Хлеб. Рж-60 Компот из свежих фруктов -200	Салат с луком -60 Суп харчо на м.к.б. со сметаной -250 Рыба тушеная с картофельным пюре и подливом -220 Хл.рж-60 Компот из свежих фруктов -200	Салат из свежей моркови-60 Суп борщ на м.к.б со сметаной - 250 Котлета с пшеничной кашей и подливом-220 Хл рж-60 Комп из свежих фруктов-200	Салат из свежлы -60 Суп домашняя лапша на м.к.б. -250 Плов -220 Хлеб рж -60 Комп из свежих фруктов-200	Салат из свежей капусты - 60 Суп ши на м.к.б. со сметаной - 250 Курица отварная с яичневой кашей и подливом - 220 Хлеб.рж 60 Комп из свежих фруктов - 200	Суп харчо на м.к.б со сметаной- 250 Куры отварные с картофельным пюре и солеными огурцами - 220 Хлеб. Рж 60 Компот из свеж фруктов - 200	Салат с луком Суп клейками на м.к.б- 250 Куры отварные с гречкой и подливом - 220 Хлеб Рж - 60 Компот из свеж фруктов -200	Суп вермишеле вый на м.к.б. - 250 Овощное рагу с курицей - 220 Хлеб Рж - 60 Компот из свежих фруктов - 200
Полд ник	Молоко - 200 Пряник -60	Кефир -200 Вафли - 50	Молоко - 200 Пряник - 50	Кефир -200 Печенье -50	Молоко -200 Пряник -50	Молоко -200 Печенье -50	Кефир-200 Пряник -50	Молоко-200 Печенье-50	Молоко -200 Вафли - 50	Кефир - 200 Вагрушка творожная - 50	Молоко - 200 Печенье - 50

Ужин	Творожная запеканка со стущенным молоком -200 Чай сладкий с молоком - 200	Королевская ватрушка - 220 Чай сладкий с молоком -200	Каша «Дружба» молочная - 200 Чай сладкий с молоком - 200 Хлеб пшенич -40	Творожная запеканка со стущенным молоком -220 Чай сладкий с молоком - 200	Каша манная молочная - 200 Чай слад с молоком -200 Хлеб пшенич. - 40	Рыба с картофельным пюре и подливом -200 Чай сладкий с молоком - 200 Хлеб пшенич- 40	Творожная запеканка со стущенным молоком - 200 Чай слад с молоком -200	Королевская ватрушка - 200 Чай слад с молоком - 200	Рыба тушеная с макаронами и подливом -200 Чай сладкий с молоком - 200 Хлеб пшенич- 40	Каша молочная «Дружба» - 200 Чай слад с молоком -200 Хлеб пшенич - 40	Каша манная молочная - 200 Чай сладкий с молоком - 200 Хлеб пшенич - 40
------	--	--	--	--	--	--	---	--	---	---	---