

Примерное 10 дневное меню «Детский сад №15 «Алсу»

Утверждаю:  
Заведующий «Детский сад» № 15 «Алсу»  
Г.В. Нугаева  
01.09.2025 г.

| 1 день:                                                                                                                                              | 2 день                                                                                                                                      | 3 день:                                                                                                                                      | 4 день                                                                                                                                              | 5 день                                                                                                                                                               | 6 день                                                                                                                                                  | 7 день                                                                                          | 8 день                                                                                                                                               | 9 день                                                                                                                                                                    | 10 день                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Завтрак:</b><br>Макароны<br>отварные с<br>маслом<br>сыр<br>порционно<br>Чай с сахаром                                                             | <b>Завтрак:</b><br>Суп молочный с<br>крупой пшённой<br>Хлеб с маслом<br>чай с сахаром                                                       | <b>Завтрак:</b><br>Творожный<br>пудинг со<br>сгущённым<br>молоком<br>Бутерброд с<br>сыром<br>Кофейный<br>напиток                             | <b>Завтрак:</b><br>Каша рисовая<br>молочная с<br>маслом<br>Хлеб с маслом<br>Чай с сахаром                                                           | <b>Завтрак:</b><br>Омлет<br>натуральный<br>бутерброд с<br>сыром<br>Чай с сахаром                                                                                     | <b>Завтрак:</b><br>Макароны<br>отварные с<br>маслом<br>Сыр<br>порционно<br>Чай с сахаром                                                                | <b>Завтрак:</b><br>Суп молочный с<br>макаронными<br>изделиями<br>хлеб с маслом<br>Чай с сахаром | <b>Завтрак:</b><br>«Королевская<br>ватрушка» со<br>сгущённым<br>молоком<br>бутерброд с<br>сыром<br>кофейный<br>напиток                               | <b>Завтрак:</b><br>Каша<br>геркулесовая<br>молочная с<br>маслом<br>Хлеб с<br>маслом<br>чай с<br>сахаром                                                                   | <b>Завтрак:</b><br>Омлет<br>натуральный<br>бутерброд с<br>сыром<br>Чай с<br>сахаром                                                                |
| <b>2 Завтрак:</b><br>Сок или фрукты                                                                                                                  | <b>2 Завтрак:</b><br>Сок или фрукты                                                                                                         | <b>2 Завтрак:</b><br>Сок или фрукты                                                                                                          | <b>2 Завтрак:</b><br>Сок или фрукты                                                                                                                 | <b>2 Завтрак:</b><br>Сок или фрукты                                                                                                                                  | <b>2 Завтрак:</b><br>Сок или фрукты                                                                                                                     | <b>2 Завтрак:</b><br>Сок или фрукты                                                             | <b>2 Завтрак:</b><br>Сок или<br>фрукты                                                                                                               | <b>2 Завтрак:</b><br>Сок или<br>фрукты                                                                                                                                    | <b>2 Завтрак:</b><br>Сок или<br>фрукты                                                                                                             |
| <b>Обед:</b><br>Щи из свежей<br>капусты со<br>сметаной на<br>гов.б.<br>плов мясной<br>салат<br>морковный<br>Компот из<br>смеси сух./ф<br>хлеб 2 сорт | <b>Обед:</b><br>Суп с<br>макаронными<br>изделиями на<br>гов.б.<br>«Ленивые<br>голубцы»<br>винегрет<br>Компот из смеси<br>сух./ф хлеб 2 сорт | <b>Обед:</b><br>Рассольник со<br>сметаной на г.б<br>каша гречневая<br>с мясом<br>салат капустный<br>компот из<br>смеси сух./ф<br>хлеб 2 сорт | <b>Обед:</b><br>Суп лапша<br>домашняя на<br>кур.б.<br>гороховое пюре<br>куры отварные<br>салат луковый<br>компот из смеси<br>сух.фр.<br>хлеб 2 сорт | <b>Обед:</b><br>Суп с крупой<br>на кур.б.<br>пюре<br>картофельное<br>куры отварные<br>порционные<br>салат<br>свекольный<br>компот из<br>смеси сух./ф.<br>хлеб 2 сорт | <b>Обед:</b><br>Щи сметаной<br>со сметаной<br>на гов.б.<br>гречневая каша<br>с мясом<br>салат<br>морковный<br>компот из<br>смеси сух./ф.<br>хлеб 2 сорт | <b>Обед:</b><br>Суп гороховый<br>на к.б. манты<br>компот из<br>смеси сух./ф<br>Хлеб 2 сорт      | <b>Обед:</b><br>Суп крупяной<br>на гов.б<br>.картофель<br>тушёный с<br>мясом<br>салат<br>свекольный<br>компот из<br>смеси из смеси<br>сух./ф. хлеб 2 | <b>Обед:</b><br>Борщ со<br>сметаной на<br>гов.б.<br>макароны<br>отварные с<br>маслом<br>котлета<br>мясная салат<br>капустный<br>Компот из<br>смеси сух./ф.<br>Хлеб 2 сорт | <b>Обед:</b><br>Суп с крупой<br>на гов.б. пюре<br>картофельное<br>рыба тушёная<br>салат<br>свекольный<br>компот из<br>смеси сух./ф.<br>хлеб 2 сорт |
| <b>Полдник:</b><br>Кисель<br>Булочка с<br>юзиомом                                                                                                    | <b>Полдник:</b><br>Молоко<br>кондитерское<br>изделие                                                                                        | <b>Полдник:</b><br>Кефир<br>Кондитерское<br>изделие                                                                                          | <b>Полдник:</b><br>Какао с молоком<br>Кондитерское<br>изделие                                                                                       | <b>Полдник:</b><br>Ряженка<br>Ватрушка с<br>повидлом                                                                                                                 | <b>Полдник:</b><br>Кисель<br>сдоба<br>обыкновенная                                                                                                      | <b>Полдник:</b><br>Молоко<br>кипячёное<br>Кондитерское<br>изделие                               | <b>Полдник:</b><br>Кефир<br>Слойка                                                                                                                   | <b>Полдник:</b><br>Какао с<br>молоком<br>кондитерское<br>изделие                                                                                                          | <b>Полдник:</b><br>ряженка<br>Кондитерское<br>изделие                                                                                              |
| <b>Ужин:</b><br>Каша ячневая<br>молочная с<br>маслом<br>Чай с сахаром                                                                                | <b>Ужин:</b><br>Каша манная<br>на молоке с<br>маслом<br>чай с сахаром<br>хлеб                                                               | <b>Ужин:</b><br>Каша пшённая<br>молочная с<br>маслом<br>Чай с сахаром<br>хлеб                                                                | <b>Ужин:</b><br>Картофельно-<br>рыбная<br>запеканка<br>чай с сахаром<br>хлеб                                                                        | <b>Ужин:</b><br>Каша<br>«Дружба»<br>молочная с<br>маслом.<br>чай с сахаром                                                                                           | <b>Ужин:</b><br>Каша ячневая<br>на молоке с<br>маслом<br>чай с сахаром<br>хлеб                                                                          | <b>Ужин:</b><br>Каша манная<br>молочная с<br>маслом<br>чай с сахаром<br>хлеб 1 сорт             | <b>Ужин:</b><br>Каша пшённая<br>молочная с<br>маслом чай с<br>сахаром хлеб                                                                           | <b>Ужин:</b><br>Плов<br>фруктовый<br>чай с<br>сахаром                                                                                                                     | <b>Ужин:</b><br>Каша<br>пшеничная<br>молочная с<br>маслом чай с<br>сахаром                                                                         |