

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 4»
Е.В. Минченкова
«07» сентября 2022 г

**Примерное десятидневное меню (летний период)
возрастная категория детей 2-3 года, 3-7 лет. (10,5 ч)**

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Завтрак Каша манная молочная с маслом Какао напиток с молоком Батон с маслом	Завтрак Каша гречневая Батон с маслом, сыром Кофейный напиток	Завтрак Каша молочная овсяная с маслом Батон с маслом Кофейный напиток с молоком	Завтрак Каша молочная пшеничная с маслом Батон с маслом и сыром Кофейный напиток с молоком	Завтрак Каша молочная рисовая с маслом Батон с маслом Какао напиток с молоком
10 часов Фрукты свежие	10 часов Сок	10 часов Ацидолакт	10 часов Кисель, кондитерское изделие	10 часов йогурт
Обед Суп рыбный Овощное рагу с мясом Свежий огурец, порционно Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Батон	Обед Борщ с курицей и сметаной Котлета мясная в сметано-томатном соусе Картофельное пюре Свежий огурец, помидор, порционно. Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Батон	Обед Суп лапша по-домашнему с курицей плов с мясом, свежий помидор. Компот из свежих яблок Батон Хлеб ржаной	Обед Щи с курицей со сметаной Бефстроганов из печени Макароны отварные с маслом. Свежий огурец, помидор порционно. Капуста свежая, припущенная Компот из сухофруктов Хлеб ржаной. Батон	Обед Суп свекольный на курином бульоне со сметаной Суфле рыбное Капуста свежая, припущенная Сок Батон Хлеб ржаной
Полдник Омлет с кукурузой Чай с сахаром Батон	Полдник Булочка Чай с сахаром и лимоном	Полдник Винегрет Чай с сахаром Батон	Полдник Сырники из творога с повидлом (сгущенкой) Чай с сахаром Батон (яблоко)	Полдник Оладьи со сгущённым молоком Чай с сахаром

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак Каша молочная рисовая Батон с маслом Кофейный напиток с молоком	Завтрак Макароны отварные с сыром Батон с маслом Чай с сахаром	Завтрак Каша молочная пшеничная Батон с маслом Кофейный напиток с сахаром Батон с маслом	Завтрак Каша ячневая на молоке Батон с маслом Кофейный напиток с молоком	Завтрак Молочная каша «Дружба» Батон с маслом Какао с молоком
10 часов Фрукты	10 часов Молоко кипяченое Батон	10 часов ацидолакт	10 часов Фрукты (сок)	10 часов Фрукты (сок)
Обед Рассольник Оладьи из печени Гречка отварная Свежий помидор, порционно Суфле из печени Компот из сухофруктов Батон Хлеб ржаной	Обед Суп с фасолью на курином бульоне Голубцы ленивые с томатно-сметанным Свежий огурец, порционно Сок Батон Хлеб ржаной	Обед Свекольник на курином бульоне Картофельное пюре Рыбная котлета с соусом Свежий помидор. Компот из сухофруктов (свежих яблок) Батон Хлеб ржаной	Обед Суп картофельный с мясными фрикадельками Капуста тушеная с мясом Компот из сухофруктов Батон Хлеб ржаной	Обед Суп овощной Суфле куриное Салат из свеклы с растительным маслом. Компот из сухофруктов Батон Хлеб ржаной
Полдник Запеканка творожная с повидлом Чай с сахаром Батон	Полдник Булочка Какао с сахаром	Полдник Оладьи со сгущенным молоком (повидлом) Чай с сахаром	Полдник Пудинг творожный с повидлом (сгущенным молоком) Чай с сахаром	Полдник Яйцо вареное Соленый огурец Чай с сахаром Пряник Батон