

«Утверждаю»
заведующий д/с:
Нач. Чалзырай Д.Л.

Примерное десятидневное меню
МБДОУ детского сад «Солнышко» с.Морен Эрзинского кожууна

Первый день	Второй день	Третий день
Завтрак Суп молочный с крупой «Артек» Какао с молоком Хлеб с маслом	Завтрак Каша манная Кофейный напиток на молоке Хлеб с маслом	Завтрак Каша пшенная Кофейный напиток на молоке Хлеб с сыром
Обед Салат витаминный Борщ с картофелем и капустой Плов из курицы Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	Обед Салат «Студенческий» Суп крестьянский с крупой Жаркое по-домашнему Кисель плодово-ягодный Хлеб пшеничный	Обед Салат «Здоровье» Рассольник домашний Голубцы ленивые Отвар шиповника Хлеб пшеничный
Полдник Печенье Чай сладкий	Полдник Яблоко Чай сладкий	Полдник Пряник Чай с молоком
Ужин Каша овсяная Чай с молоком Хлеб с маслом конфеты	Ужин Каша ячневая Чай с молоком Хлеб с маслом	Ужин Каша гречневая Чай с молоком Хлеб с маслом

Первый день	Второй день	Третий день
Завтрак Суп молочный с крупой «Артек» Какао с молоком Хлеб с маслом	Завтрак Каша манная Кофейный напиток на молоке Хлеб с маслом	Завтрак Каша пшенная Кофейный напиток на молоке Хлеб с сыром
Обед Салат витаминный Борщ с картофелем и капустой Плов из курицы Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	Обед Салат «Студенческий» Суп крестьянский с крупой Жаркое по-домашнему Кисель плодово-ягодный Хлеб пшеничный	Обед Салат «Здоровье» Рассольник домашний Голубцы ленивые Отвар шиповника Хлеб пшеничный
Полдник Печенье Чай сладкий	Полдник Яблоко Чай сладкий	Полдник Пряник Чай с молоком
Ужин Каша овсяная Чай с молоком Хлеб с маслом конфеты	Ужин Каша ячневая Чай с молоком Хлеб с маслом	Ужин Каша гречневая Чай с молоком Хлеб с маслом

Сельмой день	Восьмой день	Девятый день
Завтрак Каша «Витек» Кофейный напиток на молоке Хлеб с сыром	Завтрак Каша рисовая Какао с молоком Хлеб с сыром	Завтрак Суп молочный с макаронными изделиями Кофейный напиток на молоке Хлеб Яйцо вареное
Обед Салат свекольный Суп пшенный с картофелем Макароны Кисель плодово-ягодный Хлеб пшеничный	Обед Салат из свеклы с солеными огурцами Суп из овощей Картофель отварный с маслом Отвар шиповника Хлеб пшеничный	Обед Салат «Пестрый» Рассольник домашний Запеканка капустная с мясом Кисель фруктовый Хлеб пшеничный
Полдник Пирожки с картошкой Чай с сахаром	Полдник Сушки чайные Чай с сахаром	Полдник Мандарин Чай с сахаром
Ужин Каша гречневая Чай с молоком Хлеб пшеничный	Ужин Каша овсяная Чай с сахаром Хлеб с маслом	Ужин Каша гречневая Чай с молоком Хлеб с сыром

Десятый день

Завтрак

Каша манная
Какао с молоком
Хлеб с сыром

Обед

Салат «Степной»
Уха рыбацкая
Перловка с говядиной
Компот из сухофруктов
Хлеб пшеничный

Полдник

Баранка
Чай с сахаром

Ужин

Каша пшенная
Чай с молоком
Хлеб
Конфеты