

**Примерное циклическое десятидневное меню для организации питания детей, посещающих дошкольное учреждение с 10,5-ти часовым режимом функционирования в МДОУ Услонский детский сад "Подснежник" в 2019-2020 г.**

**УТВЕРЖДАЮ**  
**Заведующий**  
 А. Н. Трушкова  
 29.10.2019 г.  
 М.П.

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>З а в т р а к</b>									
Омлет натуральный	Каша молочная пшѐная	Запеканка творожная с соусом сладким	Макаронные изделия, запечѐные с сыром	Каша молочная "Геркулес"	Суп молочный с макаронными изделиями	Омлет натуральный	Вареники пенивые с творогом	Каша молочная "Дружба"	Каша молочная манная
Чай с лимоном	Кофейный напиток с молоком цельным	Какао с молоком цельным	Чай с лимоном	Чай с молоком цельным	Кофейный напиток с молоком цельным	Какао с молоком цельным	Чай с лимоном	Чай с молоком цельным	Какао с молоком цельным
Масло сливочное порционное	Сыр "Голландский" порционный	Сыр "Российский" порционный	Масло сливочное порционное	Сыр "Голландский" порционный	Сыр "Российский" порционный	Масло сливочное порционное	Сыр "Голландский" порционный	Сыр "Российский" порционный	Сыр "Костромской" порционный
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
<b>В т о р о й з а в т р а к</b>									
Яблоко	Сок персиковый	Банан	Сок яблочный	Апельсин	Сок вишневыи	Груша	Сок персиковый	Сок гранатовый	Груша
<b>О б е д</b>									
Маринад из моркови	Икра кабачковая	Маринад свекольный	Сельдь солѐная (филе) порционная	Зелѐный горошек консервированный (прокипячѐный)	Маринад из моркови	Икра кабачковая	Маринад свекольный	Горошек зелѐный консервированный (прокипячѐный)	Сельдь солѐная (филе) порционная
Щи из свежей капусты с тушѐной, сметаной	Суп картофельный с макаронными изделиями, куриным филе	Суп с клѐцками	Борщ с тушѐной, сметаной	Суп картофельный с горохом, говядиной сметаной	Рассольник с куриным филе, сметаной	Суп крестьянский с говядиной	Суп картофельный с крупой, сайрой	Суп из овощей с говядиной, сметаной	Свекольник с кур. бедром, сметаной
Рыба, припущенная в молоке	Капуста тушѐная с говядиной	Котлета мясная	Курица отварная	Сосиска отварная	Азу с говядиной	Рыба, тушѐная с овощами	Жаркое по-домашнему с говядиной	Капуста тушѐная с куриным филе	Гуляш из гвядины
Рис отварной		Картофель тушѐный с овощами	Розовое пюре	Капуста тушѐная		Рис отварной			Картофельное пюре
Компот из сухофруктов	Напиток апельсиновый	Напиток из шиповника	Кисель п/я конц.	Компот из чернослива	Компот из свежих яблок	Компот из сухофруктов	Кисель из п/я конц.	Напиток апельсиновый	Напиток из шиповника
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
<b>П о л д н и к</b>									
Напиток кисломолочный "Ряженка"	Напиток кисломолочный "Снежок"	Напиток кисломолочный "Йогурт"	Напиток кисломолочный "Бифидок"	Напиток кисломолочный "Снежок"	Напиток кисломолочный "Йогурт"	Напиток кисломолочный "Бифидок"	Напиток кисломолочный "Снежок"	Напиток кисломолочный "Йогурт"	Напиток кисломолочный "Бифидок"
Пряник	Ватрушка с повидлом	Вафли	Пирожок с повидлом	Печеньѐ "Песочное"	Вафли	Печеньѐ	Пряник	Булочка домашняя	Коржик молочный