

Утверждаю :
Заведующий МБДОУ ДС №48
« Одуванчик ». Светлоград



Г.Ф.

Воронко

Десятидневное Меню



Десятидневное меню

	Завтрак	Обед	Полдник
1.	Омлет натуральный Икра кабачковая Масло сливочное Крестьянское Хлеб пшеничный Чай с сахаром На 10 – 00 Фрукты свежие	Борщ с капустой и картофелем Котлета из говядины Каша рассыпчатая ячневая Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Компот из сухофруктов	Какао с молоком Кондитерское изделие
2	Каша вязкая пшеничная Хлеб пшеничный Масло сливочное Чай с лимоном На 10 – 00 Фрукты свежие	Суп из овощей Котлета рубленая из птицы Макароны отварные Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Кисель из сухофруктов	Кофейный напиток с молоком сгущенным Булочка домашняя
3.	Запеканка из творога со сметаной Хлеб пшеничный Чай с сахаром На 10 – 00 Фрукты свежие	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной Котлета рыбная Картофельное пюре Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Компот из сухофруктов	Молоко кипяченое Кондитерское изделие пряник
4.	Каша жидкая молочная из манной крупы Масло сливочное Хлеб пшеничный Чай с лимоном На 10 – 00 Фрукты свежие	Суп-лапша домашняя Птица отварная Капуста тушенная Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Компот из сухофруктов	Ватрушка с повидлом Ряженка
5.	Суп молочный с макаронными изделиями Хлеб пшеничный Масло сливочное Сыр Российский Чай с сахаром На 10 – 00 Фрукты свежие	Суп картофельный с бобовыми Рагу из птицы Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Компот из сухофруктов	Булочка йодированная Молоко кипяченое

6	<p>Каша рассыпчатая рисовая с изюмом Хлеб пшеничный Масло сливочное Чай с лимоном На 10 – 00 Фрукты свежие</p>	<p>Суп крестьянский с крупой Тефтели из говядины Пюре из бобовых с маслом Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Компот из сухофруктов</p>	<p>Кондитерское изделие печенье Какао с молоком</p>
7.	<p>Пудинг из творога Хлеб пшеничный Чай с сахаром На 10 – 00 Фрукты свежие</p>	<p>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной Рыба, тушенная в томате с овощами Картофельное пюре Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Напиток лимонный</p>	<p>Пирожок с капустой Кофейный напиток с молоком сгущенным</p>
8.	<p>Яйцо отварное 1/1 Икра кабачковая 45/60 Хлеб пшеничный 30/40 Чай с сахаром 150/180 На 10 – 00 Фрукты свежие</p>	<p>Борщ сибирский 150/200 Плов из птицы 60/120, 70/150 Хлеб пшеничный 30/40 Хлеб ржаной 30/40 Кисель из сухофруктов 150/180</p>	<p>Ватрушка с яблоками 50/70 Ряженка 150/180</p>
9.	<p>Суп молочный с макаронными изделиями Хлеб пшеничный Масло сливочное Сыр Российский Чай с сахаром На 10 – 00 Фрукты свежие</p>	<p>Икра свекольная Суп картофельный с крупой Котлета куриная рубленая Картофельное пюре Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Компот из сухофруктов</p>	<p>Какао с молоком Кондитерское изделие</p>
10.	<p>Каша вязкая геркулесовая 45/60 Хлеб пшеничный 30/40 Масло сливочное 180 Чай с сахаром На 10 – 00 Фрукты свежие</p>	<p>Суп картофельный с макаронными изделиями Мясо тушенное Каша гречневая рассыпчатая Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Компот из сухофруктов</p>	<p>Булочка йодированная Молоко кипяченое</p>