

Утверждаю
Заведующий МАДОУ «Детский сад №8
«Теремок» общеразвивающего вида

Абдурахманова.Г.Р



01.09.2018г

**Примерное десятидневное меню
для питания детей дошкольного возраста,
посещающих МАДОУ «Детский сад №8 «Теремок»
общеразвивающего вида» г.Нурлат РТ
на осенний - зимний период 2018 - 2019 г**

Наименование блюда	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтра	Макароны отварные с тертым яйцом 200 Бутерброд с маслом 40/6 Чай сладкий 200 Печенье 20	Каша молочная Геркулесов 200 Бутерброд с маслом сыром 40/6/5 Кофейный напиток 180	Твороженная запеканка со сгущен.мол250 Бутерброд с сыром 40/10 Чай сладкий с молоком 180	Омлет 200 Бутерброд с маслом и сыром 40/10/6 Чай сладкий 180	Каша молочная пшеничная 200 Бутерброд с маслом и сыром 40/6/10 Кисель фруктовый 180	Каша гречневая с маслом 200 Отварное яйцо 60гр Бутерброд с маслом 40/6 Чай сладкий 180 Печенье 20	Каша молочная «Дружба» 200 Бутерброд с маслом и сыром 40/6/10 Кофейный напиток 180	Каша молочная пшеничная 200 Бутерброд с сыром и маслом 40/6 Чай сладкий с молоком 180	Творож. запеканка с повидлом 200 Бутерброд с маслом и сыром 40/6 Какао на молоке 180	Каша молочная манная 200 кисель 180 хл.пшеничный с сыром и маслом40\10\6
2Завтр	Фрукты(груши) - 100гр	Фрукты(апельсин) 100гр	Фрукты(Яблоко и) 100гр	Сок 200гр	Фрукты(апельсины) 100	Сок 200гр	Фрукты(яблоко и) 100	Фрукты(груши)100	Фрукты(яблоко) 100	Фрукты(апельсины)100
Обед	Суп борщ на мк.б- 250 Каша гречневая 150 с гуляшом из говядины - 70 Хлеб пшен-40 Хлеб ржан -50 Комп сухофр с витамин С -180 Салат морковный 50гр	Суп полевой на кур.б 250 Картофельное Пюре 150 порционной курицей 70 Хлеб пшен 40 Хлеб рж 50 Комп из сухофр с витам С-180 Соленая рыба 50гр	Суп гороховый на кур.б с мучными клецками 250 Плов куриный 60 Хл. пшен-40 Хл. Рж-50 Комп из сухофр с витам С 180 Салат зеленый горошек с луком 50гр	Суп на кур.б с мучными клецками 250 Плов куриный 60 Хл. пшен-40 Хл. Рж-50 Комп из сухофр с витам С 180 Салат свекольный с солен.огурцам и 50гр	Суп щи на мк.б 250 Вак белеш 170 Хл пшен 40 Хл рж 50 Компот из сухофр в с витамС 180 Салат свекольный с солен.огурцам и 50гр	Суп крестьянский на мк.б 250 Макароны отварные с гуляшом 200 Хл.пшен 40 Хл ржаной 50 Ком из сухофр с витам С 180 Салат овощной 40гр	Суп на кур.б свекол 250 Гороховое пюре 150 порционная курица70 Хл.пш-40 Хл рж-50 Ком сухофр с витам С 180 Салат свекольный 50гр	Суп на кур.б гречневый 250 Каша перловая 150 ячневая с порц.куриц 70 Хл пш 40 Хл.рж 50 Ком.с\фр180 Зеленый горошек с луком	Суп на кур.б гречневый 250 Каша перловая 150 котлеты 70 Хл.пш 40 Хл. Рж 50 Ком.сухофс 180 Соленые огурцы 30	Суп на мкб рассольник 250 Ленивые голубцы 170гр Хл пш 40 Хл рж 50 Ком.сухоф 180 салат свекольный 50гр
Полдник	Кисель 200 Гренки сладкие 30	Какао на молоке- 180 Слойки 40	Какао на молоке 180 Творожники 60	Молоко 180 Сосиски в тесте- 50	Кефир 180 Вафли -60	Кефир слад -200 Печенье -20	Молоко200 Вафли -20	Какао на молоке 180 Рогалики 60	Кефир слад 180 Печенье 20	Какао на молоке 180 Пирог яблочный 50
Ужин	Суп рыбный 200 Хл.пшенич с сыром 40 Чай сладкий 200	Суп молочный вермишелевый 200 Чай сладкий 200 Хлеб пшеничный с сыром 40/10	Каша молочная Дружба 200 Хл.пшенич с сыром 40/10 Чай сладкий 200	Гороховое пюре 200/60 Чай сладкий 180 Хл.пшенич 200	Каша молочная манная 200 Какао на молоке 180 Хл.пш с сыром 40	Отварная картошка с рыбными биточками под овощами 200/60 Чай сладкий 180 Хл.пш 40	Картофельное пюре с сосисками 150 Чай сладкий 180 Салат овощной -60	Суп молочный рисовый 200 Чай сладкий 180 Хлеб пш с сыром	Каша молочная геркулесов 200 Чай сладкий 180 Хл.пшен с сыром -40\10	Суп рыбный 200 чай сладкий 180 хл.пш с сыром- 40\10