

*Л.И. Попова*

Утверждаю:

Попова Л.И.

Заведующий Муниципального казенного  
дошкольного образовательного учреждения

общеразвивающего вида

Детский сад «Сказка»

г. Вихоревка

«01» *сентября* 20*21* г.



## Перспективное

### десятидневное меню

## МКДОУ Детский сад «Сказка»

г. Вихоревка

День 1: понедельник

Неделя: первая

Наименование блюда
<b>Завтрак</b>
Каша молочная геркулесовая с маслом
Какао
Батон с маслом, сыром
10 <sup>00</sup> Сок фруктовый
<b>ОБЕД</b>
Рыбный суп из саайрыс крупой
Гуляш мясной с горошницей чеснок
Хлеб пшеничный, ржаной
Компот из смеси сухофруктов
<b>ПОЛДНИК</b>
Салат картофельный с морской капустой
Омлет натуральный
Хлеб пшеничный
Чай с сахаром
Пряник промышленного производства

День 2: вторник

Неделя: первая

Наименование блюда
<b>Завтрак</b>
Каша молочная гречневая с маслом
Чай с сахаром и лимоном
Батон с маслом, сыром
10 <sup>00</sup> Снежок
<b>ОБЕД</b>
Суп лапша домашняя на куренном бульоне
Котлета рубленая из птицы
Пюре картофельное
Соус томатно- сметанный
Свежий помидор
Хлеб пшеничный, ржаной
Компот из смеси сухофруктов «С»
<b>ПОЛДНИК</b>
Запеканка твороженная с рисом с киселем
Чай с сахаром
Печенье
Яблоко

День 3: среда  
Неделя: первая

Наименование блюда
<b>Завтрак</b>
Суп молочный с лапшой с маслом
Чай с молоком
Батон с маслом
сыром
10 <sup>00</sup> Сок
<b>ОБЕД</b>
Суп русский с мясом
Тефтели рыбные в томатно-сметанном соусе
Свекла отварная тушеная с луком, растительным маслом
Хлеб пшеничный , ржаной
Компот из кураги ,изюма «С»
<b>ПОЛДНИК</b>
Жаркое по- домашнему с курицей
Салат «Веселые овощи»
Хлеб пшеничный
Чай , вафля
Груша

День 4: четверг  
Неделя: первая

Наименование блюда
<b>Завтрак</b>
Каша молочная манная с маслом
Чай с сахаром и лимоном
Батон с маслом
10 <sup>00</sup> Йогурт
<b>ОБЕД</b>
Рассольник на мясном бульоне, со сметаной
Запеканка рисовая
С отварным мясом
Соус томатно- сметанный
Луковый салат
Компот из яблок «С»
Хлеб пшеничный, ржаной
<b>ПОЛДНИК</b>
Рагу овощное с говядиной
Хлеб пшеничный
Чай с сахаром,
Ватрушка с творогом
Мандарин

День 5: пятница

Неделя: первая

Наименование блюда
<b>Завтрак</b>
Каша молочная из сборных круп с маслом
Кофейный напиток на молоке
Батон с маслом
10 <sup>00</sup> Сок
<b>ОБЕД</b>
Борщ со сметаной ,мясом
Мясной шницель с
Макаронными изделиями
Соус томатно- сметанный, свежие помидоры
Хлеб пшеничный ржаной
Компот из консервированных фруктов «С»
<b>ПОЛДНИК</b>
Рыба под омлетом
Картофельное пюре
Хлеб пшеничный
Чай с сахаром
Банан

День 6: понедельник

Неделя: вторая

Наименование блюда
<b>Завтрак</b>
Каша молочная ячневая с маслом
Чай с молоком
Батон с маслом
10 <sup>00</sup> Сок
<b>ОБЕД</b>
Суп овощной с мясом
Плов мясной, соленый огурец
Хлеб пшеничный , ржаной
Компот из смеси сухофруктов «С»
<b>ПОЛДНИК</b>
Уха рыбацкая с горбушей
Хлеб пшеничный
Чай с сахаром
Домашний сухарик

День 7: вторник

Неделя: вторая

Наименование блюда
<b>Завтрак</b>
Пудинг твороженный с изюмом
Со сгущенным молоком
Чай с сахаром и лимоном
Батон с маслом
10 <sup>00</sup> Ряженка
<b>ОБЕД</b>
Гороховый суп на курином бульоне
С гренками. Чеснок
Курица порционная тушеная с овощами
Вермишель отварная с маслом
Хлеб пшеничный , ржаной
Компот из яблок и кураги «С»
<b>ПОЛДНИК</b>
Каша пшенная на
Цельном молоке с маслом
Чай с сахаром
Блинчик

День 8: среда  
Неделя: вторая

Наименование блюда
<b>Завтрак</b>
Каша молочная пшённая с маслом
Какао напиток на молоке
Батон с маслом
10 <sup>00</sup> Сок
<b>ОБЕД</b>
Щи со сметаной на мясном бульоне
Бефстроганов из говядины
Пюре картофельное
Свежий огурец
Хлеб пшеничный, ржаной
Компот из смеси сухофруктов «С»
<b>ПОЛДНИК</b>
Винегрет
Яйцо вареное
Пирожки печеные с повидлом(начинки разные)
Чай
Бананы

День 9: четверг  
Неделя: вторая

Наименование блюда
<b>Завтрак</b>
Суп молочный с вермишелью
Кофейный напиток на молоке
Батон с маслом
10 <sup>00</sup> Снежок
<b>ОБЕД</b>
Свекольник с мясом со сметаной
Печень тушенная со сметаной
Рис гарнирный
Луковый салат
Хлеб пшеничный , ржаной
Компот грушевый «С»
<b>ПОЛДНИК</b>
Картофель с зеленым горошком
С растительным маслом
Сырники со сгущенным молоком или
Ленивые вареники с маслом
Чай
Яблоко

День 10: пятница

Неделя: вторая

Наименование блюда
<b>Завтрак</b>
Макаронные изделия отварные
С маслом, сыром, помидор
Чай с молоком
Батон молочный с маслом
10 <sup>00</sup> Сок
<b>ОБЕД</b>
Суп « Лизон» на мясном бульоне
Бигус. Чеснок
Хлеб пшеничный , ржаной
Компот из яблок и изюма «С»
<b>ПОЛДНИК</b>
Сельдь соленая с луком
Растительным маслом
Картофель тушеный с овощами
Хлеб пшеничный
Чай
Бисквит