

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №4 _____ Домникова О.А.



10 дневное цикличное меню (осеннее – зимний период)

1 неделя

День	Завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник	Ужин
ПОНЕДЕЛЬНИК	Каша «Дружба» сладкая, молочная, с маслом Кофейный напиток с молоком, сладкий Хлеб, масло, повидло	Снежок (йогурт, кефир, ряженка)	Икра кабачковая Борщ с мясом, со сметаной Котлета мясная с томатной подливой Картофельное пюре Компот из с/ф сладкий Хлеб	Молоко Кондитерское изделие	Творожно – манная запеканка со сметаной подливой Чай сладкий (с лимоном) Хлеб 2 ужин
ВТОРНИК	Каша геркулесовая сладкая, молочная, с маслом Кофейный напиток с молоком, сладкий Хлеб, масло, повидло	Сок или свежий фрукт	Салат из капусты с консервир. кукурузой Суп картофельный с мясом со сметаной Плов с мясом Компот из с/ф сладкий Хлеб	Молоко Оладьи с сгущенкой	Котлета рыбная Макароны отварные Чай сладкий (с лимоном) Хлеб 2 ужин

СРЕДА	Вареники ленивые со сметаной подливой Кофейный напиток с молоком, сладкий Хлеб, масло, сыр	Сок или свежий фрукт	Салат из сладкой моркови Суп гороховый (1 нед.) <u>Суп фасолевый (2 нед.)</u> с курицей со сметаной Жаркое по домашнему с курицей Компот из с /ф сладкий Хлеб	Молоко кондитерское изделие	Рыба тушеная с овощами Каша пшеничная Чай сладкий (с лимоном) Хлеб
ЧЕТВЕРГ	Каша манная молочная, сладкая, с маслом Кофейный напиток с молоком сладкий Хлеб, масло, сыр	Сок или свежий фрукт	Салат из капусты и моркови Свекольник на курином бульоне со сметаной Запеканка макаронная с курицей Компот из с/ф сладкий Хлеб	Молоко Блины со сгущенкой	Овощная солянка с сосиской Чай сладкий (с лимоном) Хлеб 2 ужин
ПЯТНИЦА	Каша пшенная на сухом молоке, сладкая, с маслом Кофейный напиток сладкий Хлеб, масло, сыр	Сок или свежий фрукт	Салат из свеклы с зеленым горошком Щи из свежей капусты с тушенкой Гречка тушеная с овощами Компот из с/ф сладкий Хлеб	Кисель кондитерское изделие	Гороховое пюре Сосиска Чай сладкий (с лимоном) Хлеб

2 неделя

День	Завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник	Ужин
ПОНЕДЕЛЬНИК	Сырники творожные со сметанной подливой Кофейный напиток с молоком, сладкий Хлеб, масло, повидло	Снежок, (йогурт, кефир, ряженка)	Салат из консервированного горошка Рассольник с мясом со сметаной Капуста тушеная с мясом Компот из с/ф сладкий Хлеб	Молоко кондитерское изделие	Каша гречневая молочная, сладкая, с маслом Чай сладкий (с лимоном) Хлеб 2 ужин
ВТОРНИК	Каша пшенная молочная, сладкая, с маслом Кофейный напиток с молоком, сладкий Хлеб, масло, повидло	Сок или свежий фрукт	Сельдь кусочками с растит. маслом Щи из свежей капусты с мясом, со сметаной Мясная котлета с томатной подливой Каша перловая Компот из с/ф сладкий Хлеб	Молоко Блины со сметанной подливой	Гороховое пюре Котлета рыбная Чай сладкий (с лимоном) Хлеб 2 ужин

СРЕДА	Пудинг творожный со сметанной подливой Кофейный напиток с молоком, сладкий Хлеб, масло, сыр	Сок или свежий фрукт	Сельдь кусочками с растит. маслом Суп крестьянский с курицей со сметаной Овощное рагу с курицей Компот из с/ф сладкий Хлеб	Молоко кондитерское изделие	Тефтели рыбные Гречка отварная Чай сладкий (с лимоном) Хлеб
ЧЕТВЕРГ	Каша геркулесовая молочная, сладкая, с маслом Яйцо вареное Кофейный напиток с молоком, сладкий Хлеб, масло, сыр	Сок или свежий фрукт	Салат из капусты с консерв. кукурузой Суп с клецками на курином бульоне со сметаной Куриное суфле Картофельное пюре Компот из с/ф сладкий Хлеб	Молоко кондитерское изделие	Печеночные оладьи Макароны отварные Чай сладкий (с лимоном) Хлеб 2 ужин
ПЯТНИЦА	Каша манная на сухом молоке, сладкая, с маслом Кофейный напиток сладкий Хлеб, масло, сыр	Сок или свежий фрукт	Салат из свеклы с зеленым горошком Суп с рыбными консервами Овощная солянка Компот из с/ф сладкий Хлеб	Кисель Оладьи со сгущенкой	Печень по строгановски Рис отварной Чай сладкий (с лимоном) Хлеб