|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Понедельник 1** |  | **Вторник 2** |  | **Среда3** |  | **Четверг 4** |  | **Пятница 5** |  |
| Завтрак: Каша гречневая с пшеном молочнаяБутерброд с сыромЧай с молоком2 Завтрак: Сок фруктовый Обед: Салат из свеклыСуп картофельный с макаронными изделиямиКотлеты рубленные из мяса птицыСоус сметанныйПюре картофельноеКомпот из сушен фруктов Аскорбиновая кислотаХлеб пшенич.Полдник: Сырники из творога с повидломКисель из яблок сушеных | 21060180100602008030140180506010020180 | Завтрак:  Каша манная жидкая Бутерброд с масломКакао с молоком2 Завтрак: Сок яблочныйОбед: Салат из соленых огурцов с лукомСуп с рыбными консервамиРулет из говядины с луком и яйцомМакаронные изделия отварные с масломКомпот из сухофруктовАскорбиновая кислотаХлеб пшенич.Полдник:  Драчена Кисломолочный напиток  | 210401801006020080125180506085180 | Завтрак:  Каша гречневая мол.Кофейный напиток молоком Бутерброд с маслом2 Завтрак: Сок яблочныйОбед: Салат из картофеля с соленым огурцомСуп с клецками Жаркое по-домашнему с говядинойКомпот из сухофруктов Аскорбиновая кислотаХлеб пшенич.Полдник:  Запеканка из творогаЧай с сахаром  | 21018040100602002201805060100180 | Завтрак: Каша овсяная молочнаяБутерброд сыром Чай с молоком 2 Завтрак: Сок яблочныйОбед: Винегрет овощнойСуп картофельный с крупой (рис)Рыба припущенная с томатным соусомКапуста тушенаяКомпот из сухофруктов Аскорбиновая кислота вХлеб пшенич.Полдник:Ленивые вареникиКисель из яблок сушеных  | 210601801006020080301501805060 110180 | Завтрак: Каша пшеничная молочная Бутерброд с масломКакао с молоком2 Завтрак Сок яблочныйОбед: Салат из свеклы Щи из свежей капусты с картофелемМакаронник с говядинойКомпот сухофруктыАскорбиновая кислотаХлеб пшеничПолдник: Омлет с рисом со сливочным масломКисломолочный напиток  | 21040180100602002201805060805180 |
| **Понедельник 6** |  | **Вторник 7** |  | **Среда 8** |  | **Четверг 9** |  | **Пятница 10** |  |
| Завтрак: Каша рисовая жидкая молочная Бутерброд с сыромЧай с молоком2 Завтрак: Сок фруктовыйОбед: Салат из морковиРассольникГолубцы ленивыеКомпот из сухофруктовАскорбиновая кислотаХлеб пшеничныйПолдник: КрупеникКисель из сушеных яблок | 21060180100602001601805060200180 | Завтрак: Каша пшенная молочная жидкаяБутерброд с маслом Кофейный напиток2 Завтрак: Сок фруктовый Обед: Винегрет овощнойБорщ с капустой и картофелемЗапеканка картофельная с мясомКомпот из сухофруктов Аскорбиновая кислотаХлеб пшеничныйПолдник: Оладьи с повидломКисломолочный напиток  | 2104018010060200160180506012010180 | Завтрак: Суп молочный с макаронными изделиямиКакао на молокеБутерброд сыром2 Завтрак: Сок фруктовыйОбед: Салат из соленых огурцов с лукомСуп картофельный с крупой (пшено)Котлеты из говядины с соусомРис отварнойКомпот из сухофруктовАскорбиновая кислотаХлеб пшеничныйПолдник: Запеканка манная Чай с сахаром | 200180601006020080301251805060200180 | Завтрак: Каша ячневая молочная жидкаяБутерброд с масломЧай с молоком2 Завтрак: Сок фруктовыйОбед: Салат из морковиСуп картофельныйКотлеты рыбные с томатным соусомКаша гречневая рассыпчатая с масломКомпот из сухофруктов Аскорбиновая кислотаХлеб пшеничныйПолдник: Запеканка рисовая с творогомКисель из яблок сушеных | 210401801006020080301251805060200180 | Завтрак: Яйцо вареноеБутерброд с сыромКофейный напиток2Завтрак: Сок фруктовыйОбед:  Салат из белок. капустыСуп карт. с бобовыми (горох)Тефтели из говядиныСоус сметанныйКаша ячневая рассыпчатаяКомпот из сухофруктовАскорбиновая кислотаХлеб пшеничныйПолдник: Блинчики с маслом, сахаромКисломолочный напиок | 40601801006020080301201805060110180  |

Утверждаю заведующий МКДОУ\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.А. Мелякова

 МКДОУ Новоникольский д/сад «Колокольчик» Быковского муниципального района примерное десятидневное меню 3–7 лет