

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ № 21

Е.Л. Мохова

«10» января 2022 г.

Десятидневное меню для организации питания детей МАДОУ № 21
(ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД)

| | Завтрак | 2 завтрак | Обед | Полдник |
|-----------------------|--|--|--|--|
| Понедельник 1 день | Омлет натуральный Икра кабачковая промышленного производства Чай с сахаром Хлеб пшеничный, сливочное масло, сыр | Фрукты свежие | Салат из квашеной капусты Суп картофельный на мясном бульоне Гуляш Каша ячневая вязкая со сливочным маслом Компот из сушеных фруктов /(+ вит «С») Хлеб пшеничный, ржаной | Вареники ленивые со сметаной Какао на молоке Кондитерское изделие |
| Вторник 2 день | Каша молочная пшеничная со сливочным маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Сливочное масло | Сок промышленного производства | Нарезка из соленых огурцов Борщ с фасолью и сметаной Котлета мясная с овощной подливой Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом Компот из свежих плодов/(+ вит «С») Хлеб ржаной | Рыба под омлетом Нарезка из соленых помидор Хлеб пшеничный Продукт кисло-молочный Кефир/ ряженка (жирность 2,5%) |
| Среда 3 день | Каша молочная рисовая со сливочным маслом Какао с молоком Хлеб пшеничный, сливочное масло, сыр | Фрукты свежие | Нарезка из соленых помидор Суп с клецками на курином бульоне Птица отварная Капуста тушеная Кисель из плодов шиповника Хлеб пшеничный, ржаной | Картофельные котлеты со сметаной Чай с молоком Кондитерские изделия |
| Четверг 4 день | Каша молочная гречневая со сливочным маслом Чай с молоком Сливочное масло Хлеб пшеничный | Сок промышленного производства | Салат из квашеной капусты Суп вермишелевый на курином бульоне Плов из птицы Компот из свежих плодов/(+ вит «С») Хлеб ржаной | Котлета рыбная Картофель отварной Икра кабачковая промышленного производства Хлеб пшеничный Продукт кисло-молочный Кефир/ ряженка (жирность 2,5%) |
| Пятница 5 день | Каша молочная пшеничная со сливочным маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный, сливочное масло, сыр | Фрукты свежие (ясли)/Напиток витаминизированный (сад) пром. производства | Нарезка из соленых огурцов Свекольник со сметаной Тефтели мясные Картофельное пюре со сливочным маслом Компот из сушеных фруктов /(+ вит «С») Хлеб пшеничный, ржаной | Запеканка творожная с крупой, со сметаной Молоко кипяченое (жирность 2,5%) Кондитерские изделия |
| Понедельник 6 день | Омлет с зеленым горошком Чай с сахаром Сливочное масло Хлеб пшеничный | Сок промышленного производства | Нарезка из квашенных помидор Суп – рассольник со сметаной Запеканка картофельная с мясом (печенью) со сметаной Напиток из плодов шиповника (витаминный) Хлеб пшеничный, ржаной | Сырники творожные со сгущенным молоком Кофейный напиток с молоком Кондитерские изделия (сад) Фрукты свежие (ясли) |
| Вторник 7 день | Суп молочный вермишелевый со сливочным маслом Какао с молоком Хлеб пшеничный, сливочное масло, сыр | Фрукты свежие | Нарезка из квашенных огурцов Борщ со сметаной на мясном бульоне Бефстроганов Каша пшеничная со сливочным маслом (вязкая) Компот из сушеных фруктов /(+ вит «С») Хлеб ржаной | Сельдь соленая Картофель отварной со сливочным маслом Салат из квашеной капусты Хлеб пшеничный Продукт кисло-молочный Кефир/ ряженка (жирность 2,5%) |
| Среда 8 день | Каша молочная манная со сливочным маслом Чай с молоком Сливочное масло Хлеб пшеничный | Сок промышленного производства | Нарезка из квашенных помидор Суп весенний с зеленым горошком и сметаной на курином бульоне Котлета из мяса птицы Картофель в молоке Кисель из свежих плодов Хлеб ржаной | Яйцо отварное Макаронные изделия отварные со сливочным маслом Икра кабачковая промышленного производства Молоко кипяченое (жирность 2,5%) Хлеб пшеничный |
| Четверг 9 день | Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный, сливочное масло, сыр | Фрукты свежие | Нарезка из квашенных огурцов Суп гороховый Суфле яичное с мясом Компот из свежих плодов/(+ вит «С») Хлеб ржаной | Рыба тушеная в овощной подливке Нарезка из соленых помидор Хлеб пшеничный Продукт кисло-молочный Кефир/ ряженка (жирность 2,5%) |
| Пятница 10 день | Каша молочная ячневая со сливочным маслом Какао с молоком Сливочное масло Хлеб пшеничный | Сок фруктовый (ясли)/Напиток витаминизированный (сад) пром. производства | Салат из квашеной капусты Суп с крупой на мясном бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сушеных фруктов /(+ вит «С») Хлеб пшеничный, ржаной | Пудинг творожный со сметаной Чай с молоком Кондитерские изделия |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ № 21

Е.Л. Мохова

«10» января 2022 г.

Десятидневное меню для организации питания детей МАДОУ № 21
(ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ ПЕРИОД)

| | Завтрак | 2 завтрак | Обед | Полдник |
|------------------------------|--|--|--|--|
| Понедельник 1 день | Омлет натуральный Икра кабачковая промышленного производства Чай с сахаром Хлеб пшеничный, сливочное масло, сыр | Фрукты свежие | Нарезка из свежих овощей (огурец) Суп картофельный на мясном бульоне Гуляш Каша ячневая вязкая со сливочным маслом Компот из сушеных фруктов /(+ вит «С») Хлеб пшеничный, ржаной | Вареники ленивые со сметаной Какао с молоком Кондитерское изделие |
| Вторник 2 день | Каша молочная пшеничная со сливочным маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Сливочное масло | Сок промышленного производства | Нарезка из свежих овощей (помидор) Борщ с фасолью и сметаной Котлета мясная с овощной подливой Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом Компот из свежих плодов/(+ вит «С») Хлеб ржаной | Рыба под омлетом Нарезка из свежих овощей (редис) Хлеб пшеничный Продукт кисло-молочный Кефир/ ряженка (жирность 2,5%) |
| Среда 3 день | Каша молочная рисовая со сливочным маслом Какао с молоком Хлеб пшеничный, сливочное масло, сыр | Фрукты свежие | Нарезка из свежих овощей (огурец) Суп с клецками на курином бульоне Птица отварная Капуста тушеная Кисель из плодов шиповника Хлеб пшеничный, ржаной | Картофельные котлеты со сметаной Чай с молоком Кондитерские изделия |
| Четверг 4 день | Каша молочная гречневая со сливочным маслом Чай с молоком Сливочное масло Хлеб пшеничный | Сок промышленного производства | Нарезка из свежих овощей (редис) Суп вермишелевый на курином бульоне Плов из птицы Компот из свежих плодов/(+ вит «С») Хлеб ржаной | Котлета рыбная Картофель отварной Икра кабачковая промышленного производства Хлеб пшеничный Продукт кисло-молочный Кефир/ ряженка (жирность 2,5%) |
| Пятница 5 день | Каша молочная пшеничная со сливочным маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный, сливочное масло, сыр | Фрукты свежие (ясли)/Напиток витаминизированный (сад) пром. производства | Нарезка из свежих овощей (помидор) Свекольник со сметаной Тефтели мясная Картофельное пюре со сливочным маслом Компот из сушеных фруктов /(+ вит «С») Хлеб пшеничный, ржаной | Запеканка творожная с крупой, со сметаной Молоко кипяченое (жирность 2,5%) Кондитерские изделия |
| Понедельник 6 день | Омлет с зеленым горошком Чай с сахаром Сливочное масло Хлеб пшеничный | Сок промышленного производства | Нарезка из свежих овощей (редис) Суп фасолевый Запеканка картофельная с мясом (печенью) со сметаной Напиток из плодов шиповника (витаминный) Хлеб пшеничный, ржаной | Сырники творожные со сгущенным молоком Кофейный напиток с молоком Кондитерские изделия (сад) Фрукты свежие (ясли) |
| Вторник 7 день | Суп молочный вермишелевый со сливочным маслом Какао с молоком Хлеб пшеничный, сливочное масло, сыр | Фрукты свежие | Нарезка из свежих овощей (помидор) Борщ со сметаной на мясном бульоне Бефстроганов Каша пшеничная со сливочным маслом (вязкая) Компот из сушеных фруктов /(+ вит «С») Хлеб ржаной | Суфле рыбное Нарезка из свежих овощей (огурец) Хлеб пшеничный Продукт кисло-молочный Кефир/ ряженка (жирность 2,5%) |
| Среда 8 день | Каша молочная манная со сливочным маслом Чай с молоком Сливочное масло Хлеб пшеничный | Сок промышленного производства | Нарезка из свежих овощей (огурец) Суп весенний с зеленым горошком и сметаной на курином бульоне Котлета из мяса птицы Картофель в молоке Кисель из свежих плодов Хлеб ржаной | Яйцо отварное Макаронные изделия отварные со сливочным маслом Икра кабачковая промышленного производства Молоко кипяченое (жирность 2,5%) Хлеб пшеничный |
| Четверг 9 день | Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный, сливочное масло, сыр | Фрукты свежие | Нарезка из свежих овощей (помидор) Суп гороховый Суфле яичное с мясом Компот из свежих плодов/(+ вит «С») Хлеб ржаной | Рыба тушеная в овощной подливке Нарезка из свежих овощей (редис) Хлеб пшеничный Продукт кисло-молочный Кефир/ ряженка (жирность 2,5%) |
| Пятница 10 день | Каша молочная ячневая со сливочным маслом Какао с молоком Сливочное масло Хлеб пшеничный | Сок фруктовый (ясли)/Напиток витаминизированный (сад) пром. производства | Нарезка из свежих овощей (огурец) Суп с крупой на мясном бульоне Жаркое по-домашнему Компот из сушеных фруктов /(+ вит «С») Хлеб пшеничный, ржаной | Пудинг творожный со сметаной Чай с молоком Кондитерские изделия |