МАДОУ ЦРР Д/С № 83

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с № 83
_____ Ю.В. Боровская
«17» 01 2019 г.

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
завтрак	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**	**завтрак**
Каша манная на молоке	Каша пшенная молочная	Каша геркулесовая молочная	Каша пшеничная молочная	Каша гречневая молочная	Каша рисовая на молоке	Каша «Дружба» молочная	Каша манная на молоке	Каша геркулесовая молочная	Каша кукурузная молочная
Батон с маслом	Батон с маслом, сыром	Батон с маслом	Батон с маслом	Батон с маслом	Батон с маслом, сыром	Батон с маслом	Батон с маслом	Батон с маслом	Батон с маслом
Какао с молоком	Кофейный напиток с молоком	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Кофейный напиток с молоком	Кофейный напиток	Какао с молоком	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Кофейный напиток с молоком
2-й завтрак	**2-й завтрак**	**2-й завтрак**	**2-й завтрак**	**2-й завтрак**	**2-й завтрак**	**2-й завтрак**	**2-й завтрак**	**2-й завтрак**	**2-й завтрак**
Сок фруктовый	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Сок фруктовый	Фрукты свежие	Сок фруктовый	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Сок фруктовый	Фрукты свежие
обед	**обед**	**обед**	**обед**	**обед**	**обед**	**обед**	**обед**	**обед**	**обед**
Суп овощной на масле	Суп гороховый с гренками	Щи из квашеной капусты со сметаной	Суп «Крестьянский» на курином бульоне	Свекольник со сметаной на курином бульоне	Рассольник со сметаной	Суп картофельный с фрикадельками	Суп рыбный	Борщ со сметаной на мясном бульоне	Суп клецками на курином бульоне
Гуляш в томатном соусе, гречка рассыпчатая	Плов с мясом	Котлета мясная, каша перовая рассыпчатая	Печень по-строгановски, рис отварной	Капуста тушеная с мясом	Жаркое по-домашнему	Голубцы ленивые	Запеканка картофельная с мясом	Курица порционная	Гуляш из мяса макароны отварные
Огурец соленый	Салат из свежей капусты	Салат овощной	Салат из квашеной капусты		Салат из свеклы	Огурец соленый	Салат из квашеной капусты	Картофельное пюре	Салат из свежих овощей
Компот из ягод	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов	Компот из ягод	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
полдник	**полдник**	**полдник**	**полдник**	**полдник**	**полдник**	**полдник**	**полдник**	**полдник**	**полдник**
Молоко кипяченое	Ацидолакт	Кисель	Молоко кипяченое	Чай с сахаром	Молоко кипяченое	Йогурт (кефир)	Какао	Кисель	Чай с сахаром
Печенье (пряник)	Батон	Батон	Печенье (зефир)	Булочка домашняя	Батон	Печенье (вафля)	Батон с повидлом	Пряник	Ватрушка с творогом
ужин	**ужин**	**ужин**	**ужин**	**ужин**	**ужин**	**ужин**	**ужин**	**ужин**	**ужин**
Твороженная запеканка с морковью, сметанный соус	Котлета картофельная, салат из свеклы	Сельдь, пюре картофельное	Оладьи со сладкой подливой (повидлом)	Винегрет, яйцо отварное	Рагу овощное, яйцо отварное	Котлета рыбная, рис отварной	Омлет, салат из моркови	Сырники со сладкой подливой	Суп молочный с крупой
Чай с сахаром	Чай с сахаром, лимоном	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром, лимоном	
Батон	Батон	Батон	Батон	Батон	Батон	Батон	Батон	Батон	Батон