Утверждено
приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад № 4
«Золотая рыбка» г.Невельск
от 18.07.2022 г. №117 -од

«Примерное 10-дневное меню для питания детей с 2 до 3 лет и с 3 до 7 лет»

Первый день	Второй день	Третий день	Четвертый день	Пятый день	Шестой день	Седьмой день	Восьмой день	Девятый день	Десятый день
Каша манная молочная жидкая	Суп молочный вермишелевый	Каша "Геркулес"	Каша кукурузная	каша рисовая	Каша пшенная	Каша ячневая	Каша гречневая	Каша «Дружба»	Омлет натуральный с кабачковой икрой
Бутерброд с маслом с сыром	Батон, масло сливочное	Батон, масло, сыр российский	Бутерброд с маслом сливочным	Батон, масло, сыр	Батон, масло сливочное	Батон, масло, сыр	Батон, масло сливочное	Батон, масло, сыр российский	Бутерброд с маслом сливочным
Кофейный напиток с молоком	Чай с молоком	Чай с сахаром	Чай со сгущенным молоком	Чай с лимоном	Чай со сгущенным молоком	Чай с сахаром	Какао с молоком	Чай со сгущенным молоком	Кофе с молоком
II завтрак									
Сок фруктовый	Апельсин	Сок фруктовый	Яблоко	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Груша	Сок фруктовый
Обед									
Борщ украинский	Рассольник	Мясной бульон с яйцом, гренками	Суп с клецками	Суп овощной	Суп с домашней лапшой	Суп гороховый	Свекольник	Суп с мясными фрикадельками	Суп из морской капусты с яйцом
Рис отварной	Жаркое по домашнему	Рулет картофельный с мясом	Рис отварной	Картофельное пюре	Ленивые голубцы	Азу по-татарски	Рожки отварные	Рыба запечённая с картофелем	Котлета мясная
Печень суфле с подливом		Компот из фр. консервированных	Бефстроганов из говядины	Мясная зраза с яйцом +подлив	Компот из фр. консервированных	Компот из сухофруктов+ свеж фрукты	Гуляш мясной	Компот из кураги	Картофельное пюре
Компот из смеси сухофруктов	Компот из фр. консервированных	Салат с зеленым горошком	Компот из кураги	Салат из капусты белокочанной огурцов и сладкого перца			Компот из сухофруктов		Салат «свекольный»
				Компот сухофрукты + свежие фрукты					Компот из смеси сухофруктов
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
Полдник									
Булочка веснушка	Ватрушка с повидлом	Пряник	Кулебяка	Коржик молочный	Бутерброд с повидлом	Печенье	Булочка сладкая	Булочка с повидлом	Печенье домашнее
Кефир	Чай с сахаром	Чай с лимоном	Чай с сахаром	Молоко	Чай с сахаром	Кисель	Молоко	Чай с сахаром	Кефир
Ужин									
Омлет натуральный	Картофельное пюре	Ленивые вареники со сметанным соусом	Картофель отварной с сельдью	Макароны с сыром	Гречка отварная	Рис отварной	Сырники со сметаной	Рагу овощное	Суп молочный пшенный
Икра кабачковая	Тефтели	Кофейный напиток с молоком			Суфле из печени	Котлета рыбная		Чай с сахаром и лимоном	
Чай с сахаром	Подлив			Какао с молоком	Подлив	Подлив	Кисель		Чай с сахаром
	Чай с лимоном		Чай с сахаром		Чай с сахаром	Чай с сахаром			
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный