Примерное 10-ти дневное меню МБДОУ детского сада №2 «Радуга»

пгт Афанасьево Кировской области на 2023-2024 учебный год (осень-зима)

	1 день понедельник	2 день вторник	3 день среда	4 день четверг	5 день пятница
Завтрак 1	1.Каша манная (без молока и масла) 2.Чай с сахаром 3. Хлеб пшеничный	1.Каша пшеничная (без молока и масла) 2.Кофе с сахаром 3.Хлеб пшеничный	1.Каша гречневая(без молока и масла) 2.Чай с сахаром 3. Хлеб пшеничный с повидлом	1.Каша «Дружба»((рис+пшено) (без молока и масла) 2. Кофе с сахаром 3.Хлеб пшеничный	1.Каша ячневая(без молока и масла) 2.Какао с сахаром 3. Хлеб пшеничный
Завтрак 2	Фрукты (Яблоко)	Сок фруктовый	Фрукты (Банан)	Сок фруктовый	Фрукты (Яблоко)
Обед	1.Суп картофельн. с вермишелью на мясном бульоне(без сметаны) 2.Котлета мясная с гречей 3.Компот из с/ф 4.Хлеб ржаной	1. Суп гороховый на м/к.б. с гречками(без сметаны) 2. Зразы ленивые с овощным рагу 3. Компот из кураги и изюма 4. Хлеб ржаной	1. Салат из моркови 2. Рассольник домашний на м/к.б. (без сметаны) 3. Котлета мясная с макаронами 4.Компот из с/ф 5.Хлеб ржаной	1.Салат витаминный 2. Суп из овощей на м/к.б. (без сметаны) 3. Тефтели рыбные с картофельным пюре(без молока и масла) 4. Компот из свежих яблок и вишни 5.Хлеб ржаной	1.Борщ на м/к.б. (без сметаны) 2.Гуляш с рисом 3.Компот из с/ф 4.Хлеб ржаной
Полдник	1.Ватрушка с повидлом (без яиц) 2. Сок фруктовый 3. Фрукт	1. Манный биточек с повидлом 2.Кисель 3. Фрукт	1.Запеканка рисовая 2. Лимонный напиток 3. Фрукт	1. Вермишель 2. Чай с сахаром 3.Хлеб пшеничный 4.Фрукт	1. Кондитерские изделия 2. Сок фруктовый 3. Фрукт
	6 день понедельник	7 день вторник	8 день среда	9 день Четверг	10 день Пятница
Завтрак 1	1. Суп молочный с рисом(без молока и масла) 2.Чай с сахаром 3. Хлеб пшеничный	1.Каша пшеничная(без молока и масла) 2. Кофе с сахаром 3. Хлеб пшеничный	1.Каша рисовая(без молока и масла) 2.Чай с сахаром 3. Хлеб пшеничный с повидлом	1.Каша пшеничная (без молока и масла) 2. Кофе с сахаром 3.Хлеб пшеничный	1 Каша ячневая(без молока и масла) 2. Какао с сахаром 3.Хлеб пшеничный
Завтрак 2	Сок фруктовый	Фрукты (Яблоко)	Сок фруктовый	Фрукты (Банан)	Сок фруктовый
Обед	1. Суп картофельный с вермишелью на м/к.б. (без сметаны) 2. Котлета мясная с тушеной капустой 3. Компот из с/ф 4.Хлеб ржаной	1.Рассольник ленинградский на м/к.б. (без сметаны) 2. Запеканка картофельная с мясом (Жаркое по-домашнему) 3. Компот из кураги и изюма 4. Хлеб ржаной	1.Салат из свеклы с яблоками 2. Уха с крупой 3. Тефтели мясные с макаронами 4.Компот из с/ф 5.Хлеб ржаной	1.Салат из моркови 2.Суп крестьянский на м/к.б. с рисом (без сметаны) 3. Котлета рыбная с гороховым пюре 4. Компот из свежих яблок и вишни 5. Хлеб ржаной	1.Салат из капусты 2.Суп картофельный с горохом на м/к.б (без сметаны) 3. Плов из говядины 4. Компот из с/ф 5. Хлеб ржаной
Полдник	1.Ватрушка с картофелем 2. Сок фруктовый 3. Фрукт	1. Манный биточек с повидлом 2.Кисель 3. Фрукт	1. Греча 2.Компот из вишни 3. Хлеб пшеничный 4. Фрукт	1.Оладьи с вареньем 2. Сок фруктовый 3. Фрукт	1. Кондитерские изделия 2. Чай с сахаром 3. Фрукт

Исключить: яйцо, молоко и молочные продукты, куриный белок.