

Десятидневное меню сад  
(осеннее-зимний период)

Утверждаю: и.о. заведующей  
Н.Г.Черезова



День	7 день	8 день	9 день	10 день	1 день	2 день	Здень	4 день	5 день
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Каша рисовая	Каша манная	Салат из моркови	Запеканка из творога	Каша геркулесовая	Каша из смеси круп	Запеканка из творога	Каша ячневая	Суп молочный с макаронными изделиями	Каша пшеничная
Чай с молоком	Омлет натуральный	Омлет натуральный	Джем	Джем	Чай с сахаром	Джем	Какао с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток
Батон нарезной с маслом слив, сыр	Батон нарезной с маслом слив.	Батон нарезной с маслом слив.	Батон нарезной с маслом слив.	Батон нарезной с маслом слив, сыр	Батон нарезной с маслом слив.	Батон нарезной с маслом слив/говядины	Батон нарезной с маслом слив.	Батон нарезной с маслом слив, сыр	Батон нарезной с маслом слив, сыр
Яблоко	Яблоко	Яблоко	Сок	Яблоко	Яблоко	Сок	Яблоко	Яблоко	Сок

**Завтрак**

**Обед**

Салат из отварной свеклы с растительным маслом	Салат зимний	Салат из свеклы с сыром с растительным маслом	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом, с яйцом	Салат из моркови	Салат из свеклы с маслом растительным	Салат из белокочанной капусты с луком с растительным маслом, яйцом	Салат из отварного картофеля, с зеленым горошком с растительным маслом	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растительным маслом, яйцом	Салат из моркови
Суп картофельный с горохом	Суп пюре из разных овощей с грибами	Суп-пюре из разных овощей с грибами	Суп-лапша домашняя с курицей	Уха рыбацкая	Щи со сметаной	Расольник ленинградский со сметаной	Суп овощной со сметаной	Борщ со сметаной	Суп крестьянский с крупой со сметаной
Тудинг из говядины/свинины	Биточек мясной/свинины	Биточек мясной/свинины	Рагу из мяса кур	Фрикадельки из мяса говядины тушеные в соусе сметанном	Жаркое по домашнему	Котлета мясная/говядины	Шницель рыбный	Запеканка из печени с рисом	Биточек мясной
Суп овощной	Капуста тушенная	Рис отварной	Каша гречневая рассыпчатая	Каша гречневая рассыпчатая		Гороховое пюре/Макаронные отварные	Картофельное пюре	Соус красный основной	Капуста тушеная
Компот из кураги	Компот из сухофруктов	Компот из свежих яблок	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов	Компот из кураги	Компот из сухофруктов	Компот из яблок	Компот из сухофруктов
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной

**Полдник**

Ватрушка домашняя	Батон с джемом	Пирожки печенные с яблоками	Печенье	Пирожки печенные с капустой и яйцом	Ватрушка с творогом	Пряник	Омлет натуральный	Ватрушка с джемом	Вафли
Молоко кипяченое	Чай с лимоном	Сок	Напиток йогуртовый «Снежинка»	Молоко кипяченое	Молоко кипяченое	Напиток йогуртовый «Снежинка»	Чай с лимоном	Сок	Молоко кипяченое