

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МАДОУ ЦРР-д/с №22  
 И. В. Бережинская  
 «09» \_\_\_\_\_ 2020 год



Десятидневное меню на осенний-зимний период(1-3года)

	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	Суп молочный с крупой (гречка)	Суп молочный с макаронными изделиями	Суп молочный с макаронными изделиями	Каша "Дружба"	Омлет икра кабачковая	Суп молочный манный	Суп молочный с макаронными изделиями	Суп молочный с крупой рисовой	Суп молочный из хлопьев "Геркулес"
	Чай с лимоном	Чай с сахаром	Чай с молоком	Чай с молоком	Коф. напиток с молоком	Чай с молоком	Чай с лимоном и сахаром	Чай с молоком	Чай с сахаром	Какао с молоком
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный масло сливочное сыр	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный. Масло сливочное	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный масло сливочное сыр	Хлеб пшеничный.	Хлеб пшеничный масло сливочное	Хлеб пшеничный масло сливочное сыр
10часов	Ряжена	Сок фруктовый	Ряженка		Яблоки свежие	Йогурт	Йогурт	Банан	Ряженка	Йогурт
обед	Помидор соленый	Огурец соленый	Икра морковная	Огурец соленый	Помидор соленый	Помидор соленый	Огурец соленый	Помидор соленый	Икра свекольная	Помидор соленый
	Рассольник со смеаной	Суп из овощей с фасолью	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	Суп гороховый	Суп картофельный с макаронными изделиями	Свекольник со сметаной	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Суп картофельный с клецками	Суп крестьянский с крупой	Щи из свежей капусты и картофеля
	Мясо отварное	Биточки рыбные	Плов из птицы	Тефтели из говядины паровые	Картофельная запеканка с мясом	Бифштекс рубленный (котлета)	Фрикадельки рыбные	Плов из отварной говядины	Бефстроганов (гуляш)	Рыба отварная
						Соус сметанный натуральный			Соус сметанный	
	Картофель отварной	Пюре картофельное		Капуста тушеная		Сложный гарнир	Пюре картофельное		Картофель отварной	Пюре картофельное
	Компот из свежих яблок	Кисель из сока	Компот из смеси сухофруктов	Кисель из сока	Компот из смеси сухофруктов	Компот из свежих яблок	Компот из смеси сухофруктов	Кисель из сока	Компот из свежих яблок	Компот из смеси сухофруктов
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
полдник	Сырники запеченные	Запеканка из творога	Булочка домашняя	Рыба отварная соус сметанный	Омлет натуральный	Запеканка из творога	Пудинг из творога с рисом	Рагу овощное	Овощи в молочном соусе	Сдоба обыкновенная
	Соус молочный сладкий	Соус молочный сладкий		Картофель отварной	Икра свекольная	Соус молочный сладкий	Соус молочный сладкий			
	Какао на молоке	Какао на молоке	Молоко кипяченое	Сок фруктовый	Какао на молоке	Кофейный напиток с молоке	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Молоко кипяченое	Молоко кипяченое
		Апельсин	Яблоки свежие	Хлеб пшеничный пряник	Хлеб пшеничный пряник	Яблоки свежие		Хлеб пшеничный пряник	Хлеб пшеничный	