|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **День недели** | **Завтрак** | **2 завтрак** | **Обед** | **Полдник** |
|  **1 неделя** |
| 1 неделя1 деньпонедельник | Отварная вермишель с сахаром и масломКакао с молокомГалеты с маслом | Сок. Яблоко. | Борщ на мясном бульоне со сметаной. Картофель тушеный с мясом. Помидор (или огурец)Компот из сухофруктовХлеб пшеничный. | Ватрушка творожная Молоко кипяченое  |
| 1 неделя2 деньвторник | Каша молочная манная с маслом.Бутерброд с маслом и сыром.Чай с сахаром.  | Сок.Яблоко | Суп перловый на бульоне/ Рассольник на мясном бульоне Рисовый плов с мясом.Кукуруза Компот из сухофруктовХлеб пшеничный | Булочка сдобнаяКефир. |
| 1 неделя3 деньсреда | Рыбные биточкиКофейный напиток с молоком. Хлеб ржаной. | Сок.Апельсины | Борщ на мясном бульоне со сметанойТефтели в томатном соусеСвекла отварнаяКисель из сухофруктовХлеб пшеничный. | Суп молочный пшенный Бутерброд с маслом и сыром.Чай с сахаром..  |
| 1 неделя4деньчетверг | Запеканка из творогаСметанный соусКофейный напиток с молоком.  | Сок. Яблоко. | Суп картофельный с гречкой мясном бульоне. Развернутые голубцы с мясом.Хлеб пшеничный. Компот из сушеных фруктов  | Яйцо вареное.Помидор (или огурец)Хлеб ржаной. Кефир. |
| 1 неделя5 деньпятница | Суп рыбный. Чай с молоком. Хлеб ржаной. | Сок.Яблоко. | Борщ на мясном бульоне со сметаной.Вермишелевая запеканка с мясомПомидор(или огурец)Кисель из сухофруктовХлеб пшеничный. | Суп молочный геркулесовый. Бутерброд с маслом и сыром Чай с сахаром. |
|  **2 неделя** |
| 2 неделя6 деньпонедельник | Фруктовый плов. Галеты с маслом. Чай с молоком | Сок.Яблоко. | Суп картофельный с клецками на мясном бульоне. Макароны отварные Капуста, тушенная с мясом Хлеб пшеничный.Компот из сухофруктов | Запеканка из творогаСметанный соусМолоко кипяченое |
| 2 неделя7 деньвторник | Суп молочный с вермишельюБутерброд с маслом и сыром Чай с сахаром. | Сок.Апельсины | Борщ на мясном бульоне со сметаной.Каша гречневаяГуляш мяснойСвекла отварнаяХлеб пшеничный.Компот из сухофруктов | Омлет натуральный. Икра кабачковая. Хлеб ржаной. Кефир. |
| 2 неделя8 деньсреда | Суп рыбный. Хлеб ржаной.Кофейный напиток с молоком. Вафли. | Сок. Яблоко. | Суп харчо на мясном бульоне. Пюре картофельное. Котлета мяснаяПомидор(или огурец). Хлеб пшеничный. Кисель из сухофруктов | Вареники ленивые Сметанный соусМолоко кипяченое |
| 2 неделя9 деньчетверг | Суп молочный рисовый.Какао с молоком.Бутерброд с маслом | Сок.Апельсины | Борщ на мясном бульоне со сметаной. Каша пшенная. Гуляш мяснойГорошек зеленый. Хлеб пшеничный. Компот из сухофруктов | Ватрушка с повидлом. Кефир. |
| 2 неделя10 деньпятница | Рыбная запеканка.Хлеб ржаной. Какао с молоком.Вафли | Сок.Яблоко. | Свекольник на мясном бульоне. Рис отварной. Котлета мяснаяКукурузаХлеб пшеничный.Компот их сухофруктов | Каша молочная манная с сахаромБутерброд с маслом. Кофейный напиток с молоком. |

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Ютановский детский сад «Ромашка»

Волоконовского района Белгородской области

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ**