


 Утверждаю:  
 Заведующий МДОУ д/с № 14 «Родничок»  
 С.Н. Кишалова  
 01.12.2023 г.

### Примерное десятидневное меню:

1 неделя				
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Яйцо вареное	Запеканка творожная со сгущенным молоком	Яйцо вареное	Омлет натуральный	Запеканка морковная с творогом и сгущ. мол
Каша молочная (пшеничная)	молоком	Каша молочная (пшенная)	Кукуруза	
Кофейный напиток	Какао с молоком	Кофейный напиток	Какао с молоком	Кофейный напиток
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Масло (порциями)	Масло (порциями)	Масло (порциями)	Масло (порциями)	Масло (порциями)
<b>Сок фруктовый</b>	<b>Сок (ясли)витап. (сад)</b>	<b>Фрукт</b>	<b>Сок фруктовый</b>	<b>Фрукт</b>
Салат "Рыжик"	Зеленый горошек	Салат "Витаминный"	Икра кабачковая	Салат "Свеколка"
Суп картофельный с гов.тушеной	Борщ с мясом и сметаной	Суп картофельный с мясом	Суп гороховый с курой	Щи из св.кап.с мясом и смет.
Рис рассыпчатый	Картофельное пюре	Макаронные изд. отварные	Капуста тушеная	Каша гречневая рассыпчатая
Рыба с овощами	Печень по - строгановски	Котлета из мяса	Котлета куриная	Гуляш из мяса
Компот из смеси сухофруктов	Кисель	Компот из смеси сухофруктов	Напиток лимонный	Компот из смеси сухофруктов
Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный
	Хлеб ржаной		Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной
Сдоба обыкновенная	Печенье/пряники	Сыр(порциями) / Хлеб пшеничный	Ватрушка с творогом	Печенье/пряники
Чай сладкий	Чай не сладкий	Чай сладкий	Молоко кипяченое	Чай не сладкий
2 неделя				
Яйцо вареное	Омлет натуральный	Каша молочная (манная)	Пудинг из творога со сгущ. мол.	Яйцо вареное
Каша рисовая молочная	Кукуруза	Кофейный напиток	Какао с молоком	Каша геркулесовая молочная
Кофейный напиток	Какао с молоком	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Кофейный напиток
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Масло (порциями)	Масло (порциями)	Хлеб пшеничный
Масло (порциями)	Масло (порциями)			Масло (порциями)
<b>Сок фруктовый</b>	<b>Сок (ясли)витап. (сад)</b>	<b>Фрукт</b>	<b>Сок фруктовый</b>	<b>Фрукт</b>
Салат "Рыжик"	Икра кабачковая	Салат "Витаминный"	Зеленый горошек	Огурцы/ Помидоры
Щи из св.кап.с говядиной тушеной	Суп гороховый с мясом	Суп картофельный с мясом	Лапша куриная	Борщ с мясом и смет
Макаронные изд. Отварные	Рагу с овощами	Каша гречневая рассыпчатая	Картофельное пюре	Жаркое с мясом
Рыба с овощами	Печень по- строгановски	Биточки рыбные любительские	Котлета куриная	Компот из смеси сухофруктов
Компот из смеси сухофруктов	Чай сладкий	Компот из смеси сухофруктов	Напиток лимонный	Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный	
Сдоба обыкновенная	Печенье/пряники	Сыр(порциями) / Хлеб пшеничный	Ватрушка с повидлом	Печенье/пряники
Чай сладкий	Молоко кипяченое	Чай сладкий	Молоко кипяченое	Чай не сладкий