**ПРИМЕРНОЕ Десятидневное МЕНЮ**

**для организации питания детей в ДОУ с 8-10-часовым пребыванием**

**МКДОУ «Акушинский детский сад»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дни** | **Завтрак** | **Обед** | **Полдник** |
| **понедельник** | **1.молочный чай****2. хлеб с маслом** **3. каша манная** | **1.Суп вермишелевый с мясом****2. кисель****3.хлеб пшеничный** |  **1. каша гречневая с маслом****2. чай молочный****3.хлеб пшеничный** **4.Яблоки** |
| **вторник** | **1.чай сладкий****2. хлеб с маслом и сыром****3.Яйцо** | **1. пельмени мясные****2. компот из сухофруктов****3.хлеб пшеничный** | **1.каша пшеничная с маслом****2.Чай молочный****3.хлеб пшеничный** |
| **среда** | **1.Каша овсяная****2. чай молочный****3.хлеб с маслом и повидлом** | **1. макароны отварные** **2.гуляш из отварного мяса****3. сок****4.хлеб пшеничный**  | **1.Суп рисовый молочный****2. чай сладкий** **3.хлеб пшеничный с маслом****4.печенье** |
| **четверг** | 1. **Чай сладкий**
2. **Бутерброд с маслом и сыром**
3. **Яйцо**
 | **1.пюре картофельное с мясной подливой****2.какао****3.салат****4.хлеб пшеничный** | **1.Каша гречневая с маслом****2. чай сладкий** **3.Хлеб пшеничный** |
| **пятница** | 1. **Каша манная**
2. **Чай молочный**
3. **Хлеб с маслом и повидлом**
 | 1. **Борщ с мясом**
2. **Компот**
3. **Хлеб пшеничный**
 | 1. **каша пшеничная с маслом**
2. **чай сладкий**
3. **Хлеб пшеничный**
4. **Яблоки**
 |
| **Дни** | **Завтрак** | **Обед** | **Полдник** |
| **понедельник** | **1.Каша овсяная****2. чай молочный****3.хлеб с маслом и повидлом** |  **1.Суп рисовый** **2.фрикадельки** **3.кисель****4.хлеб пшеничный** | **1.Каша гречневая с маслом****2. чай сладкий** **3.Хлеб пшеничный** |
| **вторник** | **1.Чай молочный****2.Бутерброд с маслом и сыром****3.Яйцо** | **1.хинкал с мясом****2. компот****3. Хлеб пшеничный** | **1.Суп вермишелевый молочный****2. чай сладкий** **3.хлеб пшеничный с маслом****4.печенье** |
| **среда** | 1. **Каша манная**
2. **Чай молочный**

**3.Хлеб с маслом и сыром** | 1. **Плов с мясом**
2. **Сок**
3. **Салат**
4. **Хлеб пшеничный**
 | **1.каша пшеничная с маслом****2.чай сладкий****3.Хлеб пшеничный****4.бананы** |
| **четверг** | 1. **Чай сладкий**
2. **Бутерброд с маслом и сыром**

**3.Яйцо** | **1. макароны отварные** **2.гуляш из отварного мяса****3. сок****4.хлеб пшеничный** | 1. **каша пшеничная с маслом**
2. **чай сладкий**
3. **Хлеб пшеничный**

**4.Яблоки** |
| **пятница** | **1.Каша овсяная****2. чай молочный****3.хлеб с маслом и сыром** | 1. **Борщ с мясом**
2. **Компот**

 **3.Хлеб пшеничный** | **1.Каша гречневая с маслом****2. чай сладкий** **3.Хлеб пшеничный****4.печенье** |
| **Дни** | **Завтрак** | **Обед** | **Полдник** |
| **понедельник** | **1.молочный чай****2. хлеб с маслом** **3. каша манная** | **1.Суп вермишелевый с мясом****2. кисель****3.хлеб пшеничный** |  **1. каша гречневая с маслом****2. чай молочный****3.хлеб пшеничный** **4.Яблоки** |
| **вторник** | **1.чай сладкий****2. хлеб с маслом и сыром****3.Яйцо** | **1. пельмени мясные****2. компот из сухофруктов****3.хлеб пшеничный** | **1.каша пшеничная с маслом****2.Чай молочный****3.хлеб пшеничный** |
| **среда** | **1.Каша овсяная****2. чай молочный****3.хлеб с маслом и повидлом** | **1. макароны отварные** **2.гуляш из отварного мяса****3. сок****4.хлеб пшеничный**  | **1.Суп рисовый молочный****2. чай сладкий** **3.хлеб пшеничный с маслом****4.печенье** |
| **четверг** | 1. **Чай сладкий**
2. **Бутерброд с маслом и сыром**
3. **Яйцо**
 | **1.пюре картофельное с мясной подливой****2.какао****3.салат****4.хлеб пшеничный** | **1.Каша гречневая с маслом****2. чай сладкий** **3.Хлеб пшеничный** |
| **пятница** | 1. **Каша манная**
2. **Чай молочный**
3. **Хлеб с маслом и повидлом**
 | 1. **Борщ с мясом**
2. **Компот**
3. **Хлеб пшеничный**
 | 1. **каша пшеничная с маслом**
2. **чай сладкий**
3. **Хлеб пшеничный**
4. **Яблоки**
 |
| **Дни** | **Завтрак** | **Обед** | **Полдник** |
| **понедельник** | **1.Каша овсяная****2. чай молочный****3.хлеб с маслом и повидлом** |  **1.Суп рисовый** **2.фрикадельки** **3.кисель****4.хлеб пшеничный** | **1.Каша гречневая с маслом****2. чай сладкий** **3.Хлеб пшеничный** |
| **вторник** | **1.Чай молочный****2.Бутерброд с маслом и сыром****3.Яйцо** | **1.хинкал с мясом****2. компот****3. Хлеб пшеничный** | **1.Суп вермишелевый молочный****2. чай сладкий** **3.хлеб пшеничный с маслом****4.печенье** |
| **среда** | 1. **Каша манная**
2. **Чай молочный**

**3.Хлеб с маслом и сыром** | 1. **Плов с мясом**
2. **Сок**
3. **Салат**
4. **Хлеб пшеничный**
 | **1.каша пшеничная с маслом****2.чай сладкий****3.Хлеб пшеничный****4.бананы** |
| **четверг** | 1. **Чай сладкий**
2. **Бутерброд с маслом и сыром**

**3.Яйцо** | **1. макароны отварные** **2.гуляш из отварного мяса****3. сок****4.хлеб пшеничный** | 1. **каша пшеничная с маслом**
2. **чай сладкий**
3. **Хлеб пшеничный**

**4.Яблоки** |
| **пятница** | **1.Каша овсяная****2. чай молочный****3.хлеб с маслом и сыром** | 1. **Борщ с мясом**
2. **Компот**

 **3.Хлеб пшеничный** | **1.Каша гречневая с маслом****2. чай сладкий** **3.Хлеб пшеничный****4.печенье** |
| **Дни** | **Завтрак** | **Обед** | **Полдник** |
| **понедельник** | **1.молочный чай****2. хлеб с маслом** **3. каша манная** | **1.Суп вермишелевый с мясом****2. кисель****3.хлеб пшеничный** |  **1. каша гречневая с маслом****2. чай молочный****3.хлеб пшеничный** **4.Яблоки** |
| **вторник** | **1.чай сладкий****2. хлеб с маслом и сыром****3.Яйцо** | **1. пельмени мясные****2. компот из сухофруктов****3.хлеб пшеничный** | **1.каша пшеничная с маслом****2.Чай молочный****3.хлеб пшеничный** |
| **среда** | **1.Каша овсяная****2. чай молочный****3.хлеб с маслом и повидлом** | **1. макароны отварные** **2.гуляш из отварного мяса****3. сок****4.хлеб пшеничный**  | **1.Суп рисовый молочный****2. чай сладкий** **3.хлеб пшеничный с маслом****4.печенье** |
| **четверг** | 1. **Чай сладкий**
2. **Бутерброд с маслом и сыром**
3. **Яйцо**
 | **1.пюре картофельное с мясной подливой****2.какао****3.салат****4.хлеб пшеничный** | **1.Каша гречневая с маслом****2. чай сладкий** **3.Хлеб пшеничный** |
| **пятница** | 1. **Каша манная**
2. **Чай молочный**
3. **Хлеб с маслом и повидлом**
 | 1. **Борщ с мясом**
2. **Компот**
3. **Хлеб пшеничный**
 | 1. **каша пшеничная с маслом**
2. **чай сладкий**
3. **Хлеб пшеничный**
4. **Яблоки**
 |
| **Дни** | **Завтрак** | **Обед** | **Полдник** |
| **понедельник** | **1.Каша овсяная****2. чай молочный****3.хлеб с маслом и повидлом** |  **1.Суп рисовый** **2.фрикадельки** **3.кисель****4.хлеб пшеничный** | **1.Каша гречневая с маслом****2. чай сладкий** **3.Хлеб пшеничный** |
| **вторник** | **1.Чай молочный****2.Бутерброд с маслом и сыром****3.Яйцо** | **1.хинкал с мясом****2. компот****3. Хлеб пшеничный** | **1.Суп вермишелевый молочный****2. чай сладкий** **3.хлеб пшеничный с маслом****4.печенье** |
| **среда** | 1. **Каша манная**
2. **Чай молочный**

**3.Хлеб с маслом и сыром** | 1. **Плов с мясом**
2. **Сок**
3. **Салат**
4. **Хлеб пшеничный**
 | **1.каша пшеничная с маслом****2.чай сладкий****3.Хлеб пшеничный****4.бананы** |
| **четверг** | 1. **Чай сладкий**
2. **Бутерброд с маслом и сыром**

**3.Яйцо** | **1. макароны отварные** **2.гуляш из отварного мяса****3. сок****4.хлеб пшеничный** | 1. **каша пшеничная с маслом**
2. **чай сладкий**
3. **Хлеб пшеничный**

**4.Яблоки** |
| **пятница** | **1.Каша овсяная****2. чай молочный****3.хлеб с маслом и сыром** | 1. **Борщ с мясом**
2. **Компот**

 **3.Хлеб пшеничный** | **1.Каша гречневая с маслом****2. чай сладкий** **3.Хлеб пшеничный****4.печенье** |
| **Дни** | **Завтрак** | **Обед** | **Полдник** |
| **понедельник** | **1.молочный чай****2. хлеб с маслом** **3. каша манная** | **1.Суп вермишелевый с мясом****2. кисель****3.хлеб пшеничный** |  **1. каша гречневая с маслом****2. чай молочный****3.хлеб пшеничный** **4.Яблоки** |
| **вторник** | **1.чай сладкий****2. хлеб с маслом и сыром****3.Яйцо** | **1. пельмени мясные****2. компот из сухофруктов****3.хлеб пшеничный** | **1.каша пшеничная с маслом****2.Чай молочный****3.хлеб пшеничный** |
| **среда** | **1.Каша овсяная****2. чай молочный****3.хлеб с маслом и повидлом** | **1. макароны отварные** **2.гуляш из отварного мяса****3. сок****4.хлеб пшеничный**  | **1.Суп рисовый молочный****2. чай сладкий** **3.хлеб пшеничный с маслом****4.печенье** |
| **четверг** | 1. **Чай сладкий**
2. **Бутерброд с маслом и сыром**
3. **Яйцо**
 | **1.пюре картофельное с мясной подливой****2.какао****3.салат****4.хлеб пшеничный** | **1.Каша гречневая с маслом****2. чай сладкий** **3.Хлеб пшеничный** |
| **пятница** | 1. **Каша манная**
2. **Чай молочный**
3. **Хлеб с маслом и повидлом**
 | 1. **Борщ с мясом**
2. **Компот**
3. **Хлеб пшеничный**
 | 1. **каша пшеничная с маслом**
2. **чай сладкий**
3. **Хлеб пшеничный**
4. **Яблоки**
 |
| **Дни** | **Завтрак** | **Обед** | **Полдник** |
| **понедельник** | **1.Каша овсяная****2. чай молочный****3.хлеб с маслом и повидлом** |  **1.Суп рисовый** **2.фрикадельки** **3.кисель****4.хлеб пшеничный** | **1.Каша гречневая с маслом****2. чай сладкий** **3.Хлеб пшеничный** |
| **вторник** | **1.Чай молочный****2.Бутерброд с маслом и сыром****3.Яйцо** | **1.хинкал с мясом****2. компот****3. Хлеб пшеничный** | **1.Суп вермишелевый молочный****2. чай сладкий** **3.хлеб пшеничный с маслом****4.печенье** |
| **среда** | 1. **Каша манная**
2. **Чай молочный**

**3.Хлеб с маслом и сыром** | 1. **Плов с мясом**
2. **Сок**
3. **Салат**
4. **Хлеб пшеничный**
 | **1.каша пшеничная с маслом****2.чай сладкий****3.Хлеб пшеничный****4.бананы** |
| **четверг** | 1. **Чай сладкий**
2. **Бутерброд с маслом и сыром**

**3.Яйцо** | **1. макароны отварные** **2.гуляш из отварного мяса****3. сок****4.хлеб пшеничный** | 1. **каша пшеничная с маслом**
2. **чай сладкий**
3. **Хлеб пшеничный**

**4.Яблоки** |
| **пятница** | **1.Каша овсяная****2. чай молочный****3.хлеб с маслом и сыром** | 1. **Борщ с мясом**
2. **Компот**

 **3.Хлеб пшеничный** | **1.Каша гречневая с маслом****2. чай сладкий** **3.Хлеб пшеничный****4.печенье** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дни** | **Завтрак** | **Обед** | **Полдник** |
| **понедельник** | **1.молочный чай****2. хлеб с маслом** **3. каша манная** | **1.Суп вермишелевый с мясом****2. кисель****3.хлеб пшеничный** |  **1. каша гречневая с маслом****2. чай молочный****3.хлеб пшеничный** **4.Яблоки** |
| **вторник** | **1.чай сладкий****2. хлеб с маслом и сыром****3.Яйцо** | **1. пельмени мясные****2. компот из сухофруктов****3.хлеб пшеничный** | **1.каша пшеничная с маслом****2.Чай молочный****3.хлеб пшеничный** |
| **среда** | **1.Каша овсяная****2. чай молочный****3.хлеб с маслом и повидлом** | **1. макароны отварные** **2.гуляш из отварного мяса****3. сок****4.хлеб пшеничный**  | **1.Суп рисовый молочный****2. чай сладкий** **3.хлеб пшеничный с маслом****4.печенье** |
| **четверг** | 1. **Чай сладкий**
2. **Бутерброд с маслом и сыром**
3. **Яйцо**
 | **1.пюре картофельное с мясной подливой****2.какао****3.салат****4.хлеб пшеничный** | **1.Каша гречневая с маслом****2. чай сладкий** **3.Хлеб пшеничный** |
| **пятница** | 1. **Каша манная**
2. **Чай молочный**
3. **Хлеб с маслом и повидлом**
 | 1. **Борщ с мясом**
2. **Компот**
3. **Хлеб пшеничный**
 | 1. **каша пшеничная с маслом**
2. **чай сладкий**
3. **Хлеб пшеничный**
4. **Яблоки**
 |
| **Дни** | **Завтрак** | **Обед** | **Полдник** |
| **понедельник** | **1.Каша овсяная****2. чай молочный****3.хлеб с маслом и повидлом** |  **1.Суп рисовый** **2.фрикадельки** **3.кисель****4.хлеб пшеничный** | **1.Каша гречневая с маслом****2. чай сладкий** **3.Хлеб пшеничный** |
| **вторник** | **1.Чай молочный****2.Бутерброд с маслом и сыром****3.Яйцо** | **1.хинкал с мясом****2. компот****3. Хлеб пшеничный** | **1.Суп вермишелевый молочный****2. чай сладкий** **3.хлеб пшеничный с маслом****4.печенье** |
| **среда** | 1. **Каша манная**
2. **Чай молочный**

**3.Хлеб с маслом и сыром** | 1. **Плов с мясом**
2. **Сок**
3. **Салат**
4. **Хлеб пшеничный**
 | **1.каша пшеничная с маслом****2.чай сладкий****3.Хлеб пшеничный****4.бананы** |
| **четверг** | 1. **Чай сладкий**
2. **Бутерброд с маслом и сыром**

**3.Яйцо** | **1. макароны отварные** **2.гуляш из отварного мяса****3. сок****4.хлеб пшеничный** | 1. **каша пшеничная с маслом**
2. **чай сладкий**
3. **Хлеб пшеничный**

**4.Яблоки** |
| **пятница** | **1.Каша овсяная****2. чай молочный****3.хлеб с маслом и сыром** | 1. **Борщ с мясом**
2. **Компот**

 **3.Хлеб пшеничный** | **1.Каша гречневая с маслом****2. чай сладкий** **3.Хлеб пшеничный****4.печенье** |