**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** |