

Примерное 10 дневное меню «Детский сад №15 «Алсу»: осень –зима

Утверждаю:
Заведующий «Детским сад» № 15 «Алсу»
Г.В. Нугаева
03.02. 2023 г.

1 день: 06.02.23	07.02.2023	3 день: 08.02.23	4 день 09.02.23	5 день 10.02.23	6 день 13.02.23	7 день 14.02.23	8 день 15.02.23	9 день 16.02.23	10 день 17.02.23
Завтрак: Макароны отварные с маслом сыр порционный Чай с сахаром	Завтрак: Суп молочный с крупой рисовой Бутерброд с маслом чай с сахаром	Завтрак: Каша пшённая молочная с маслом Бутерброд с сыром Чай с сахаром	Завтрак: Каша геркулесовая молочная с маслом бутерброд с маслом Чай с сахаром	Завтрак: Королевская ватрушка» со сгущённым молоком бутерброд с сыром чай с молоком	Завтрак: Макароны отварные с маслом сыр порционный, чай с сахаром	Завтрак: Каша ячневая молочная с маслом ,бутерброд с маслом Чай с сахаром	Завтрак: Творожно- манный пудинг со сгущённым молоком бутерброд с сыром чай с молоком	Завтрак: Суп молочный бутерброд с маслом чай с сахаром	Завтрак: Омлет натуральный бутерброд с сыром Кофейный напиток
2 Завтрак: Сок или фрукты	2 Завтрак: Сок или фрукты	2 Завтрак: Сок или фрукты	Сок или фрукты	2 Завтрак: Сок или фрукты	2 Завтрак: Сок или фрукты	2 Завтрак: Сок или фрукты	2 Завтрак: Сок или фрукты	2 Завтрак: Сок или фрукты	2 Завтрак: Сок или фрукты
Обед: Рассольник со сметаной на к.б. Плов мясной Компот из смеси с/ф с витамином С хлеб	Обед: Суп гороховый на к.б. картофель тушёный с мясом салат луковый Компот из смеси с/ф с витамином С хлеб	Обед: Щи со сметаной на к/б картофельно- мясная запеканка Компот из смеси с/ф с витамином С хлеб	Обед: Суп лапша домашняя на кур.б. гороховое пюре куры отварные Компот из смеси сух фр хлеб .	Обед: Суп картофельн. с круп. рисовой на кур..б .салат «Свёколка» пюре картофельное куры отварные компот из см.с.фр. с витамином С хлеб	Обед: Свекольник со сметаной на к.б гречневая каша с мясом Салат морковный компот из см.с.фр. хлеб	Обед: Суп картофельный с крупой на к.б картофель тушёный с мясом салат «Сёколка» компот из смеси с.фр. с витамином С хлеб	Обед: Борщ на к.б .макароны манты компот из смеси с.фр. с витамином С хлеб	Обед: Суп «Крестьянский » макароны отварные с маслом котлета мясная на к.б . винегрет Компот из см.с.фр. с витамином С хлеб	Обед: Суп с клёцками на к.б перловая каша с маслом гуляш мясной салат морковный компот из с см.сух.фр. хлеб
Полдник: Кисель Булочка	Полдник: Кефир Кондитерское изделие	Полдник: Кофейный напиток Кондитерское изделие	Полдник: Какао с молоком кондитерское изделие	Полдник Ряженка Сдоба обыкновенная	Полдник: Кисель Слойка	Полдник: Ряженка Кондитерское изделие	Полдник: Молоко кипячёное кондитерское изделие	Полдник: Кефир кондитерское изделие	Полдник: Какао с молоком сочни с творогом
Ужин: Каша пшеничная молочная с маслом Чай с сахаром хлеб	Ужин: Каша манная на молоке с маслом чай с сахаром хлеб	Ужин: Каша «Дружба» хлеб Чай с сахаром	Ужин: Макароны отварные с маслом рыба тушёная Чай с сахаром хлеб 1 сорт	Ужин: каша ячневая молочная с маслом чай с сахаром хлеб	Ужин: Каша пшённая молочная с маслом чай с сахаром	Ужин: Отварной рис с маслом рыба тушёная чай с сахаром хлеб 1 сорт	Ужин Каша пшеничная молочная с маслом хлеб ,чай с сахаром	Ужин: Каша геркулесовая молочная с маслом хлеб чай с сахаром	Ужин: каша манная на молоке с маслом хлеб чай с сахаром