

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МДОУ
Кимильтейский детский сад
сад "Колосок"
Чайкизова В.В.


2023г

Примерное десятидневное цикличное меню для организации питания
детей, посещающих МДОУ Кимильтейский детский сад "Колосок", в в возрасте от 3 до 7 лет,
с 10-часовым режимом функционирования
в 2023-2024гг
осенне-зимне-весенний период

Подготовлено:
ведущим специалистом по питанию
Комитета по образованию администрации ЗГМО
Михайлик Н.Н. _____

1день	2день	3день	4день	5день	6день	7день	8день	9день	10день
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша молочная манная	Запеканка творожная	Каша молочная рисовая	каша молочная пшеница	Каша молочная кукурузная	Суп молочный с вермишелью	Ленивые вареники из теста	Каша молочная пшеничная	Омлет натуральный	Каша молочная "Дружба"
Чай с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком	Чай с сахаром	Чай с лимоном	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком	Чай с сахаром	Кавио с молоком	Чай с молоком
Сыр "Российский"	Масло сливочное	Яйца отварные	Бутерброд с помидлом	Масло сливочное	Сыр "Голландский"	Масло сливочное	Яйца отварные	Масло сливочное	Бутерброд с помидлом
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
Сок вишневый	Яблоко	Сок абрикосовый	Груша	Сок яблочный	Мандарин	Сок апельсиновый	Яблоко	Сок виноградный	Банан
	Напиток апельсиновый		Напиток из мандаринов		Напиток из салруш		Напиток лимонный		Напиток из шиповника
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Кукуруза	Зел горошек	Помидор сладкой		Огурец сладкой	Салата с зел горошком		Кукуруза	Помидор, огурец с маслом раст	Маринад из моркови
Суп картофельный с макаронными изделиями	Суп крестьянский	Суп с фрикадельками	Щи со свежей капустой со сметаной	Суп картофельный с горошком и грибами	Суп картофельный с сайрой	Рассольник "Винегретный" со сметаной	Суп картофельный с сельдями	Борщ со свежей капустой со сметаной	Суп с домашней лапшой и куриным филе
Мясная тефтеля	Рыба, тушеная с овощами	Гуляш из говядины	Печень по-строгановски	Жаркое по-дом с курицей	Плов с курицей	Бефстроганов из мяса с соусом	Капуста тушеная с мясом	Печень тушеная	Котлета рыбная
Капуста тушеная	Рис отварной	Картофельное пюре	Каша гречневая			Макаронные изделия отварные		Картофельное пюре	Картофель тушеный с овощами
Компот из сухофруктов	Компот из кураги	Напиток лимонный	Кисель из кураги	Напиток из шиповника	Компот из сухофруктов	Напиток из свежих яблок	Компот из чернослива и кураги	Напиток апельсиновый	Кисель из кураги
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Блишечки с джемом	Пряник	Печенье песочное	Крендель сахарный	Пирог с помидлом	Коржи молочный	Ватрушка с помидлом	Булочка творожная	Булочка дрожжевая	Печенье песочное
Чай с сахаром	Молоко вилочное	Напиток кисломолочный "Йогурт"	Бифидок фруктовый	Молоко вилочное	Напиток кисломолочный "Снежок"	Напиток кисломолочный "Снежок"	Молоко вилочное	Бифидок фруктовый	Сок пармезановый