Утверждаю:

 заведующий ДОУ \_\_\_\_\_\_\_Волкова Т.В.

01.01.2019год

**Десятидневное меню для питания детей с 3-7 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **День**  | **№****Тех.****карты** | **Завтрак**  | **№****Тех.****карты** | **Обед**  | **№****Тех.****карты** | **Уплотнённый полдник (ужин).** |
| **1****день** | №8№81 | Каша гречневая с маслом и песком.Чай сладкий.Кондитерские изделия. | №35№46№78№93 | Суп овощной с зеленым горошком на м\б.Плов с мясом куры.Сок натуральный .Хлеб ржаной. | №83№63№81№93 | Снежок. Запеканка творожная с повидлом.Чай с сахаром.Хлеб пшеничный (булка). |
| **2 день** | №5№88№90 | Каша манная на молоке с маслом и песком.Какао на молоке.Булка с маслом | №31№49№77№93 | Суп из рыбных консервов.Рожки отварные с мясной подливой.Компот яблочный.Хлеб ржаной. | №84№21№81№93 | Бананы.Картофель отварной с салатом.Чай сладкий с кондитер.изделиями.Хлеб ржаной. |
| **3****день** | №6№87№91 | Каша пшеничная на молоке с маслом и песком.Кофейный напиток с молоком.Булка с сыром.  | №19№30№42№99№85№93 | Свежий огурец.Суп фасолевый с мясом куры.Пюре картофельное с отварной колбасой.Напиток из джема.Хлеб ржаной.  | №84№71№79 | Груша.Оладья со сгущённым молоком.Чай. |
| **4****День** | №4№75№90 | Каша «дружба» на молоке с маслом и песком.Чай с молоком.Булка с маслом.  | №18№36№44№53№85№93 | Помидор свежий.Щи из свежей капусты на м\били (с мясом куры)и сметаной.Рис отварной с мясной котлетой или (с мясной подливой).Кисель из джема.Хлеб ржаной. | №83№69№81№81№93 | Снежок или йогурт.Винегрет с отварным яйцом или(сельдью с\с).Чай с конд. изделиями.Хлеб ржаной. |
| **5****День** | №9№88№90 | Каша ячневая на молоке с маслом и песком.Какао на молоке.Булка с маслом. | №16№28№45№86№93 | Салат морковный.Свекольник на м\б со сметаной.Ленивые голубцы с мясом куры и сметаной.Компот из сухофруктов.Хлеб ржаной. | №84№61№81№93 | Яблоко .Омлет яичный.Чай сладкий с булкой.Хлеб ржаной. |
| **6****День** | №8№81 | Греча рассыпчатая с маслом и песком.Чай сладкий.Кондитерские изделия. | №12№42№55№76№93 | Салат капустный.Суп гороховый на м\б.Рагу овощное с мясом куры.Напиток из плодов шиповника.Хлеб ржаной. | №83№63№81№93 | Снежок. Запеканка творожная ссгущенным молоком.Чай с сахаром.Хлеб пшеничный (булка). |
| **7****день** | №3№87№90 | Каша геркулесовая на молоке с маслом и песком.Кофейный напиток с молоком.Булка с маслом | №39№8№86№93 | Борщ с капустой на м\б и сметаной.Греча рассыпчатая с мясной подливой.Компот «Витаминка».Хлеб ржаной. | №84№69№81№93 | Бананы.Салат овощной с зелёным горошком.Чай с конд. изделиями.Хлеб ржаной. |
| **8 день** | №10 | Каша пшенная на молоке с маслом и песком.Чай сладкий.Булка с сыром. | №38№44№47№86№93 | Салат фруктовыйСуп молочный (рисовый или вермишелевый).Рис отварной с рыбой тушеной с овощами.Компот «Изюминка».Хлеб ржаной. | №84№67№79 | Груша.Манные биточки с повидлом.Чай. |
| **9****день** | №7№88№90 | Каша рисовая на молоке с маслом и песком.Какао на молоке.Булка с маслом | №14№40№49№53№85№93 | Салат свекольный.Суп рисовый с мясом куры.Рожки отварные с мясной котлетой.Напиток из джема.Хлеб ржаной. | №83№59№81 | Снежок или йогурт.Сырники из творога с сгущённым молоком.Чай с конд. изделиями. |
| **10 день** | №2№75№90 | Вермишель молочная с маслом и песком.Чай с молоком.Булка с маслом. | №13№40№57№85№93 | Салат морковный с яблоком.Суп вермишелевый на м\б или(фрикадельками).Капуста тушёная с мясом куры.Кисель из джема.Хлеб ржаной. | №84№89№79 | Яблоко.Булочка домашняя.Чай. |