

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

**Для детей с 3 лет до 7 лет в дошкольных
образовательных учреждениях
2023г
(январь, февраль)**

2023 (январь-февраль)

САД 1-3 НЕДЕЛЯ

Пятница

Четверг

Наименование блюдо

Наименование блюдо

Среда

Вторник

Наименование блюдо

Понедельник

Наименование блюдо

Наименование блюдо

Наименование блюдо

Наименование блюдо

Наименование блюдо

ЗАВТРАК

| | | | |
|--------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| Омлет натуральный | Каша жидкая пшеничная | Омлет натуральный | Каша жидкая манная |
| Бутерброд с маслом | Бутерброд с маслом и сыром | Бутерброд с маслом и сыром | Бутерброд с маслом |
| Чай с лимоном | Какао с молоком | Чай с молоком | Кофейный напиток с молоком |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

| | | | |
|--------------------|----------------------------------|----------------|--------------------|
| Сок яблочный 200гр | Напиток витаминизированный 180гр | Фрукты (груша) | Сок яблочный 200гр |
| Фрукты (яблоко) | Напиток витаминизирован. 180гр | Фрукты (груша) | Сок яблочный 200гр |

ОБЕД

| | | | |
|---|--|--|-----------------------------|
| Салат из моркови | Салат из свеклы | Икра морковная | Салат из свеклы |
| Суп картофельный с крупной мясной бульоне | Суп-пюре из картофеля на курином бульоне | Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне | Суп с рыбными консервами |
| Пудинг из творога с рисом | Фрикадельки из птицы | Печень по-строгановски | Жаркое по - домашнему |
| Соус молочный (сладкий) | Картофель отварной | Картофель запеченный в сметанном соусе | Напиток из плодов шиповника |
| Компот из сушёных фруктов | Компот из изюма | Компот из сушёных фруктов | Хлеб ржаной |
| Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб пшеничный |
| Чеснок | Чеснок | Чеснок | Чеснок |
| Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | Хлеб пшеничный | |
| | Гренки из пшеничного хлеба к супу | | |

ПОЛДНИК

| | | | |
|--------|-------------------|------------------------|-------------------|
| Кефир | Йогурт питьевой | Кефир | Снежок |
| Пряник | Полоска песочная | Крендель сахарный 60гр | Печенье |
| | Фрукты (апельсин) | | Фрукты (мандарин) |

УЖИН

| | | | |
|----------------------------|----------------------------|----------------------------|---|
| Винегрет овощной | Салат из свеклы с сыром | Салат из моркови | Салат из картофеля с горошка зелёного консервированного |
| Тефтели мясные | Зразы рыбные с яйцом | Сырники из творога | Голубцы ленивые |
| Капуста тушеная | Рис припущенный | Соус черносмородиновый | Соус сметанный с томатом |
| Чай с сахаром | Соус сметанный | Чай с сахаром | Чай с сахаром |
| Хлеб ржаной | Чай с сахаром | Батон | Гренки из пшеничного хлеба |
| Хлеб пшеничный | Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный | Лук зелёный (на весь день) | Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный |
| Лук зелёный (на весь день) | Лук зелёный (на весь день) | Укроп (на весь день) | Лук зелёный (на весь день) |
| Укроп (на весь день) | Укроп (на весь день) | Яйцо вареное | Укроп (на весь день) |

