

Примерное десятидневное меню на осенне-зимний период для питания детей дошкольного возраста, посещающих ДОУ с 10-часовым пребыванием, согласно нормам САНПИН.

<p><b>1 день(Понедельник)</b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Яйцо варенное</li> <li>2.Вермшель с маслом</li> <li>3.Кофейный напиток</li> <li>3.Батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Суп крестьянский со сметаной</li> <li>2.Колбаса отварная</li> <li>3.Пюре картофельное</li> <li>4.Кисель</li> <li>5.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Творожная запеканка</li> <li>2.Чай с сахаром</li> <li>3.Фрукт</li> </ol>	<p><b>2 день(Вторник)</b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Каша манная</li> <li>2.Какао на стуженном молоке</li> <li>3.Батон с маслом, с сыром</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Борщ со сметаной</li> <li>2.Бефстроганов из отварного мяса</li> <li>3.Рис отварной с маслом</li> <li>4.Компот</li> <li>5.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Булочка с повидлом</li> <li>2.Чай с сахаром</li> </ol>	<p><b>3 день(Среда)</b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Суп молочный</li> <li>2.Кофейный напиток</li> <li>3.Батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Суп с лапшой</li> <li>2.Гуляш из отварного мяса</li> <li>3.Греча отварная с маслом</li> <li>4.Сок фруктовый</li> <li>5.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Венигрет</li> <li>2.Чай с сахаром</li> <li>3.Фрукт.</li> </ol>	<p><b>4 день(Четверг)</b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Каша рисовая</li> <li>2.Какао с молоком</li> <li>3.Батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Рассольник со сметаной</li> <li>2.Жаркое по домашнему</li> <li>3.Компот</li> <li>4.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Морковь тертая с сахаром</li> <li>2.Чай с сахаром</li> <li>3.Пряник</li> </ol>	<p><b>5 день(Пятница)</b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Каша пшениная</li> <li>2.Кофейный напиток</li> <li>3.Батон с маслом, с сыром</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Суп гороховый с гренками</li> <li>2.Биточки мясные</li> <li>3.Макаронные изделия с маслом</li> <li>4.Компот</li> <li>5.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Булочка сдобная</li> <li>2.Чай с сахаром</li> <li>3.Фрукт</li> </ol>
<p><b>6 день(Понедельник)</b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Каша манная</li> <li>2.Кофейный напиток с молоком</li> <li>4.Батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Суп рыбный из консервы</li> <li>2.Сосиска отварная</li> <li>3.Пюре картофельное</li> <li>4.Компот</li> <li>5.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Сырники из творога</li> <li>2.Чай с сахаром</li> </ol>	<p><b>7 день(Вторник)</b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Каша геркулесовая</li> <li>2.Какао с молоком</li> <li>3.Батон с маслом, с сыром</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Щи со сметаной</li> <li>2.Котлета мясная</li> <li>3.Греча с маслом</li> <li>4.Компот</li> <li>5.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Булочка молочная</li> <li>2.Чай с сахаром</li> <li>3.Фрукт</li> </ol>	<p><b>8 день(Среда)</b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Каша пшениная</li> <li>2.Кофейный напиток с молоком</li> <li>3.Батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Свекольник со сметаной</li> <li>2.Плов с мясом</li> <li>3.Сок фруктовый</li> <li>4.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Салат из отварных овощей</li> <li>2.Чай с сахаром</li> <li>3.Печенье</li> </ol>	<p><b>9 день(Четверг)</b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Каша сборная</li> <li>2.Какао с молоком</li> <li>3.Батон с маслом, с сыром</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Суп гороховый с гренками</li> <li>2.Котлета рыбная</li> <li>3.Пюре картофельное</li> <li>4.Компот</li> <li>5.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Молочная вермишель</li> <li>2.Чай с сахаром</li> <li>3.Фрукт</li> </ol>	<p><b>10 день(Пятница)</b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Каша рисовая</li> <li>2.чай с молоком</li> <li>3.Батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Суп с вермишелью</li> <li>2.Тефтели мясные</li> <li>3.Капуста тушеная</li> <li>4.Кисель</li> <li>5.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Булочка домашняя</li> <li>2.Чай с сахаром</li> <li>3.Фрукт</li> </ol>

Примечание: Из за отсутствия на складе каких либо продуктов, меню может быть изменено



Примерное десятидневное меню на весенне-летний период для питания детей дошкольного возраста, посещающих ДОУ с 10-часовым пребыванием, согласно нормам САНПИН.

<p><b><u>1 день(Понедельник)</u></b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Каша манная</li> <li>2.Кофейный напиток с молоком</li> <li>3.Батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Суп крестьянский со сметаной</li> <li>2.Мясо отварное</li> <li>3.Макаронные изделия с маслом</li> <li>4.Компот из с/ф</li> <li>5.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Салат из отварных овощей</li> <li>2.Чай с сахаром</li> <li>3.Хлеб, печенье</li> </ol>	<p><b><u>2 день(Вторник)</u></b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Суп молочный</li> <li>2.Какао с молоком</li> <li>3.Батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Щи со сметаной</li> <li>2.Сосиска отварная</li> <li>3.Греча отварная</li> <li>4.Компот из св.яблок</li> <li>5.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Запеканка творожная</li> <li>2.Чай с сахаром</li> <li>3.Фрукт</li> </ol>	<p><b><u>3 день(Среда)</u></b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Каша пшеничная</li> <li>2.Кофейный напиток</li> <li>3.Батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Суп гороховый с гречками</li> <li>2.Тефтели мясные</li> <li>3.Капуста тушеная</li> <li>4.Сок</li> <li>5.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Булочка домашняя</li> <li>2.Чай с сахаром</li> <li>3.Фрукт.</li> </ol>	<p><b><u>4 день(четверг)</u></b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Каша гречневая</li> <li>2.Какао с молоком</li> <li>3.Батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Рассольник со сметаной</li> <li>2.Картофель тушеный с мясом</li> <li>3.Кисель</li> <li>4.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Салат из свежих овощей</li> <li>2.Чай с сахаром</li> <li>3.Печенье-Вафли</li> </ol>	<p><b><u>5 день(пятница)</u></b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Каша геркулесовая</li> <li>2.Чай с молоком</li> <li>3.Батон с маслом ,с сыром</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Суп с макаронными изд.</li> <li>2.Котлета мясная</li> <li>3.Рис отварной с маслом</li> <li>4.Компот</li> <li>5.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Булочка молочная</li> <li>2.Чай с сахаром</li> <li>3.Фрукт</li> </ol>
<p><b><u>6 день(Понедельник)</u></b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Макаронные изделия</li> <li>2.Яйцо</li> <li>3.Кофейный напиток с молоком</li> <li>4.Батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Суп рыбный из консервы</li> <li>2.Колбаса отварная</li> <li>3.Пюре картофельное</li> <li>4.Компот из с/ф</li> <li>5.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Сырники из творога</li> <li>2.Чай с сахаром</li> </ol>	<p><b><u>7 день(Вторник)</u></b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Каша рисовая</li> <li>2.Какао с молоком</li> <li>3.Батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Борщ со сметаной</li> <li>2.Бефстроганов из отварного мяса</li> <li>3.Греча с маслом</li> <li>4.Кисель</li> <li>5.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Булочка сдобная</li> <li>2.Чай с сахаром</li> <li>3.Фрукт</li> </ol>	<p><b><u>8 день(Среда)</u></b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Каша геркулесовая</li> <li>2.Кофейный напиток с молоком</li> <li>3.Батон с маслом, с сыром</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Суп гороховый с гречками</li> <li>2.Биточки мясные</li> <li>3.Овощи отварные</li> <li>4.Компот из св.яблок</li> <li>5.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Салат из свежих овощей</li> <li>2.Чай с сахаром</li> <li>3.Пряник.</li> </ol>	<p><b><u>9 день(Четверг)</u></b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Каша сборная</li> <li>2.Какао с молоком</li> <li>3.Батон с маслом</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Рассольник со сметаной</li> <li>2.Котлета рыбная</li> <li>3.Рис отварной с маслом</li> <li>4.Компот из с/ф.</li> <li>5.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Овощной салат с зеленым горошком</li> <li>2.Чай с сахаром</li> <li>3.Фрукт</li> </ol>	<p><b><u>10 день(Пятница)</u></b></p> <p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Каша пшеничная</li> <li>2.Кофейный напиток с молоком</li> <li>3.Батон с маслом, с сыром</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Щи со сметаной</li> <li>2.Гуляш мясной</li> <li>3.Макаронные изделия с маслом</li> <li>4.Сок</li> <li>5.Хлеб ржаной</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Булочка молочная</li> <li>2.Чай с сахаром</li> <li>3.Фрукт</li> </ol>

Примечание: Из за отсутствия на складе каких либо продуктов, меню может быть изменено