

Согласовано

« ___ » _____ 2022г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ ДС
№ 18 «Колобок» п. Тюменский
О.С. Сафронова
Приказ №104/О от 28.04.2022г

Примерное перспективное 10 – дневное меню ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД
МБДОУ ДС № 18 «Колобок» п. Тюменский
1-ая НЕДЕЛЯ

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак: омлет натуральный, кукуруза консервированная ,хлеб пшеничный с маслом, какао с молоком	Завтрак: Каша пшенная молочная жидкая, хлеб пшеничный с маслом, кофейный напиток с молоком	Завтрак: каша молочная манная, хлеб пшеничный с маслом и сыром, какао с молоком	Завтрак: каша молочная геркулесовая, хлеб пшеничный с маслом, кофейный напиток с молоком	Завтрак: макаронны с тертым сыром, икра кабачковая консервированная, хлеб пшеничный с маслом, какао с молоком
10ч.00мин.: фрукты, сад- напиток витаминный	10ч.00мин.: Кисломолочный напиток	10ч.00мин.: сок фруктовый (овощной)	10ч.00мин.: фрукты, сад – напиток витаминный	10ч.00мин.: конд. изделие, сок фруктовый
Обед: Овощи порционные, свекольник со сметаной, жаркое по-домашнему, хлеб ржаной, компот из сухофруктов	Обед: Салат из свежих помидор с луком, суп из рыбных консервов, котлета из говядины, гречка отварная рассыпчатая, хлеб ржаной, компот из яблок и алычи	Обед: салат из капусты, огурцов и сладкого перца, суп картофельный с мясными фрикадельками, рыба запеченная с морковью, рис отварной, хлеб ржаной, кисель плодово- ягодный	Обед: Овощи порционные, борщ вегетарианский, котлета рубленая из птицы, картофельное пюре, хлеб пшеничный, компот из свежих яблок	Обед: салат из свежих помидор с огурцами, суп с клецками, запеканка картофельная с печенью, хлеб пшеничный, ржаной, кисель плодово- ягодный
Полдник: Ватрушка с творогом, молоко кипяченое	Полдник: Рагу овощное, хлеб пшеничный, чай с лимоном, конд. изделие	Полдник: Сырники, сладкий молочный соус, чай с сахаром	Полдник: Пирожок с повидлом, кисломолочный продукт	Полдник: каша гречневая с молоком, чай с сахаром

Согласовано

« » _____ 2022г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ ДС
№ 18 «Колобок» п. Тюменский
О.С. Сафронова
Приказ №104/О от 28.04.2022г

Примерное перспективное 10 – дневное меню ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД
МБДОУ ДС № 18 «Колобок» п. Тюменский
2-ая НЕДЕЛЯ

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак: Яичная кашка, зеленый горошек консервированный, хлеб пшеничный с маслом, кофейный напиток с молоком	Завтрак: каша молочная «дружба», хлеб пшеничный с маслом, чай с сахаром	Завтрак: каша молочная рисовая, хлеб пшеничный с маслом и сыром, кофейный напиток с молоком	Завтрак: суп молочный с макаронными изделиями, хлеб пшеничный с маслом, какао с молоком	Завтрак: запеканка из творога молочный соус (сладкий), хлеб пшеничный с маслом, кофейный напиток с молоком
10ч.00мин.: Конд. изделие, сок фруктовый	10ч.00мин.: фрукты, сад – напиток витаминный	10ч.00мин.: Сок фруктовый (овощной)	10ч.00мин.: фрукты, сад-напиток витаминный	10ч.00мин.: кисломолочный напиток
Обед: суп с рыбными фрикадельками, голубцы ленивые, сметанный соус,хлеб пшеничный, ржаной, компот из сухих фруктов	Обед: суп картофельный с макаронными изделиями, тефтели мясные, икра из баклажанов (кабачков), хлеб ржаной, компот из яблок и алычи	Обед: Овощи свежие порционные, борщ с мясом, печень говяжья по –строгановски, гречка отварная,хлеб пшеничный, ржаной, кисель плодово-ягодный	Обед: салат из белокочанной капусты, щи зеленые, плов с курицей, хлеб пшеничный, ржаной, компот из свежих яблок	Обед: Салат из свежих помидор и огурцов, суп картофельный с бобовыми, гренки, суфле из печени, сметанный соус, картофель отварной с маслом, хлеб пшеничный, ржаной, кисель плодово-ягодный
Полдник: Лапшевник с творогом, молочный сладкий соус, чай с молоком, яблоко	Полдник: булочка «веснушка», кисломолочный напиток	Полдник: ленивые вареники с маслом, сметанный соус, чай с сахаром	Полдник: Гренки с сыром, чай с лимоном	Полдник: каша молочная геркулесовая, чай с сахаром