

Утверждаю
Заведующая МБДОУ детского сада
«Гномик» с. Ильинка

Оржанко
Оржак Л. М.
Приказ № 4 от «01» 2023 г.



**Примерное 10 дневное меню МБДОУ детского сада «Гномик» с. Ильинка Каа-Хемского района
на осенний период**

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
1. Масло (порциями) 2. Каша кукурузная 3. Чай с лимоном 4. Хлеб пшеничный	1. Сыр (порциями) 2. Каша пшеничная 3. Чай сладкий 4. Хлеб пшеничный	1. Масло (порциями) 2. Каша ячневая 3. Чай сладкий 4. Хлеб пшеничный	1. Сыр (порциями) 2. Каша геркулесовая 3. Чай сладкий 4. Хлеб пшеничный	1. Масло (порциями) 2. Каша манная 3. Чай с лимоном 4. Хлеб пшеничный	1. Сыр (порциями) 2. Каша из пшени, риса и гречки «дружба» 3. Чай сладкий 4. Хлеб пшеничный	1. Масло (порциями) 3. Каша кукурузная 4. Чай с лимоном 5. Хлеб пшеничный	1. Масло (порциями) 2. Каша ячневая 3. Чай сладкий 4. Хлеб	1. Сыр (порциями) 2. Каша рисовая 3. Чай сладкий 4. Хлеб пшеничный	1. Масло (порциями) 2. Каша манная молочная жидкая 3. Чай с лимоном 4. Хлеб
II Завтрак									
Банан	Яблоко	Йогурт	Печенье	Мандарин	Банан	Вафли	Йогурт	Печенье	Мандарин
Обед									
1. Щи из свежей капусты с курой и сметаной 2. Картофельное пюре с подливом и сосисками 3. Компот из кураги 4. Хлеб пшеничный	1. Суп картофельный с мясными фрикадельками 2. Плов 3. Кисель 4. Хлеб пшеничный	1. Суп борщ 2. Рожки с подливом 3. Компот из сухофруктов с витамином «С» 4. Хлеб пшеничный	1. Суп уха 2. Гречка с подливом и сосисками 3. Кофейный напиток 4. Хлеб пшеничный	1. Суп рассольник с курой и сметаной 2. Капуста тушеная 3. Карамельный напиток 4. Хлеб пшеничный	1. Суп гороховый 2. Рожки с подливом и сосисками 3. Компот из кураги 4. Хлеб пшеничный	1. Суп картофельный с мясными фрикадельками 2. Плов 3. Кисель 4. Хлеб пшеничный	1. Суп борщ 2. Рис отварной с подливом (с говяд.) 3. Компот из сухофруктов с витамином «С» 4. Хлеб пшеничный	1. Щи из свежей капусты с курой и сметаной 2. Картофельное пюре с подливом и филе минтая 3. Кофейный напиток 4. Хлеб пшеничный	1. Суп рассольник с курой и сметаной 2. Капуста тушеная 3. Карамельный напиток 4. Хлеб пшеничный
Уплотненный полдник									
1. Каша манная 2. Кефир 3. Пряник 4. Хлеб пшеничный	1. Каша геркулесовая 2. Творог 3. Чай сладкий 4. Хлеб пшеничный	1. Каша из пшени, риса и гречки «дружба» 2. Сок натуральный 3. Яблоко 4. Хлеб пшеничный	1. Каша кукурузная 2. Витаминный салат 3. Чай сладкий 4. Хлеб пшеничный	1. Каша рисовая 2. Чай с молоком 3. Блины с начинкой 4. Хлеб пшеничный	1. Каша манная 2. Кефир 3. Пряник 4. Хлеб пшеничный	1. Каша геркулесовая 2. Творог 3. Чай сладкий 4. Хлеб пшеничный	1. Каша из пшени и риса «дружба» 2. Сок натуральный 3. Яблоко 4. Хлеб пшеничный	1. Каша гречневая 2. Салат винегрет 3. Чай сладкий 4. Хлеб пшеничный	1. Каша рисовая 2. Чай с молоком 3. Пряник 4. Хлеб пшеничный