

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОУ д/с 14 Головино
Нерухова О.Г.

Принято 64 от 28.08.2024

Перспективное десятидневное меню (зимне-весеннего периода)

1 неделя

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Каша рассыпчатая пшеничная. Бутерброд с маслом. Кофейный напиток с молоком.	Суп молочный манный. Бутерброд с сыром. Чай с сахаром.	Суп молочный геркулесовый. Бутерброд с маслом. Какао с молоком.	Суп молочный рисовый. Бутерброд с сыром. Кофейный напиток с молоком.	Каша вязкая из смеси круп. Бутерброд с маслом. Какао с молоком.
2 завтрак	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок
Обед	Салат из кукурузы консервированной/ салат из соленого огурца с луком. Суп с клецками. Жаркое по-домашнему. Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной.	Салат из капусты белокочанной. Суп картофельный с бобовыми. Котлета рубленая. Макароны отварные. Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной.	Помидоры консервированные. Свекольник. Плов с мясом. Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной.	Салат из свеклы с черносливом. Бульон из птицы с гренками. Биточки рубленые из птицы. Каша гречневая. Кисель. Хлеб ржаной.	Салат из капусты квашенной. Рассольник ленинградский. Рыба отварная. Пюре картофельное. Лимонный напиток. Хлеб ржаной.
Полдник	Рис отварной. Рыба тушёная с овощами. Чай с сахаром. Кондитерское изделие. Хлеб пшеничный. Фрукты свежие.	Соус сметанный. Вареники ленивые. Молоко кипяченое или йогурт. Хлеб пшеничный. Фрукты свежие.	Яйцо вареное. Салат из картофеля с соленым огурцом. Ватрушка с повидлом/творогом. Чай с молоком. Хлеб пшеничный. Фрукты свежие.	Соус молочный (сладкий). Запеканка из творога. Кефир. Кондитерское изделие. Хлеб пшеничный. Фрукты свежие.	Яйцо вареное. Салат из свеклы. Крендель сахарный. Молоко кипяченое. Хлеб пшеничный. Фрукты свежие.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОУ д/с 14 Головино
Нерухова О.Г.

Перспективное десятидневное меню (зимне-весеннего периода)

2 неделя

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Каша рассыпчатая гречневая. Бутерброд с маслом. Кофейный напиток с молоком.	Суп молочный с макаронными изделиями. Бутерброд с сыром. Какао с молоком.	Макароны отварные с сыром. Бутерброд с маслом. Кофейный напиток с молоком.	Суп молочный слизистый (рис или овсянка). Бутерброд с сыром. Чай с молоком.	Суп молочный с крупой пшениной. Бутерброд с маслом. Какао с молоком.
2 завтрак	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями. Суфле из рыбы. Каша вязкая (рисовая). Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной.	Салат из зеленого горошка с луком/ салат из капусты белокочанной. Борщ с мясом и сметаной. Каша рассыпчатая пшеничная. Бефстроганов из мяса отварного с соусом. Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной.	Помидоры консервированные. Суп картофельный с крупой рисовой. Котлеты рубленые. Пюре картофельное. Кисель. Хлеб ржаной.	Салат из свеклы с яблоком. Щи из свежей капусты. Котлеты, рубленые из птицы. Каша вязкая (пшеничная). Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной.	Суп с крупой манной. Птица тушеная с овощами. Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной.
Полдник	Рагу овощное. Пирожки с повидлом. Чай с лимоном. Хлеб пшеничный. Фрукты свежие.	Соус молочный (сладкий). Пудинг творожный. Молоко кипяченое. Кондитерское изделие. Хлеб пшеничный. Фрукты свежие.	Икра кабачковая. Омлет с овощами. Булочка домашняя. Чай с молоком. Хлеб пшеничный. Фрукты свежие.	Соус сметанный. Сырники из творога. Кефир. Хлеб пшеничный. Фрукты свежие.	Яйцо вареное. Капуста тушеная. Молоко кипяченое. Кондитерское изделие. Хлеб пшеничный. Фрукты свежие.