

Примерное десятидневное перспективное меню
На 2024- 2025

МБДОУ Волоконовского детского сада комбинированного вида №1 «Березка»

День недели	Завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник
1 неделя				
1 неделя 1 день понедельник	Каша вязкая с изюмом. Кофейный напиток с молоком. Печенье	Сок/фрукт	Щи со сметаной на бульоне. Макароны отварные Котлеты мясные с соусом. Огурец. Компот из с/ф. Хлеб пшеничный.	Ватрушка с творогом. Кефир.
1 неделя 2 день вторник	Суп молочный с манной крупой Булка с маслом и сыром. Чай с лимоном	Сок/фрукт	Суп пшеничный на бульоне. Голубцы ленивые. Помидор.* Компот из с/ф. Хлеб пшеничный	Рыба запеченная в омлете. Салат. Какао с молоком.
1 неделя 3 день среда	Суп молочный рисовый. Булка с маслом и сыром. Чай	Сок/фрукт	Борщ на бульоне со сметаной. Птица тушеная в соусе. Каша гречневая Салат. Кисель с/ф . Хлеб дарницкий.	Булочка ванильная. Молоко.
1 неделя 4 день четверг	Творожная запеканка с повидлом. Кефир.	Сок/фрукт	Суп с клецками на бульоне. Картофельное пюре. Котлеты рыбные в соусе. Салат. Хлеб дарницкий. Компот с/ф.	Суп молочный геркулесовый. Булка с маслом. Чай.
1 неделя 5 день пятница	Суп молочный пшеничный. Булка с маслом. Чай с лимоном	Сок/фрукт	Рассольник со сметаной на бульоне Рисовый плов с мясом. Салат. Кисель с/ф. Хлеб дарницкий.	Блинчики с повидлом. Какао с молоком.
2 неделя				
2 неделя 6 день понедельник	Каша вязкая. Кофейный напиток с молоком. Вафли.	Сок/фрукт	Борщ на бульоне со сметаной. Жаркое по-домашнему. Помидор. Компот с/ф. Хлеб дарницкий.	Ватрушка с повидлом. Кефир.
2 неделя 7 день вторник	Ленивый вареники с маслом. Какао с молоком.	Сок/фрукт	Суп с бобовыми на бульоне. Тефтели в соусе. Капуста тушеная. Хлеб пшеничный. Кисель.	Рыба тушеная с овощами Картофель отварной. Хлеб дарницкий Кофейный напиток с молоком.
2 неделя 8 день среда	Молочный вермишелевый суп. Булка с маслом и сыром. Чай с лимоном.	Сок/фрукт	Борщ на бульоне со сметаной Картофельное пюре. Рыба соленая(Птица тушеная в соусе). Хлеб дарницкий. Компот с/ф.	Пудинг из творога с рисом и соусом Кефир.
2 неделя 9 день четверг	Суп молочный геркулес. Булка с маслом и сыром. Чай.	Сок/фрукт	Суп с гречками на бульоне. Рис отварной. Бефстроганов в соусе. Горошек зеленый с луком. Хлеб пшеничный. Кисель.	Яйцо вареное. Икра кабачковая. Хлеб дарницкий. Коф.напиток с молоком. Вафли
2 неделя 10 день пятница	Суп молочный гречневый. Булка с маслом. Чай.	Сок/фрукт	Щи со сметаной на бульоне. Запеканка вермишелевая, с отварным мясом. Помидор. Хлеб пшеничный. Компот из с/ф.	Булочка ванильная. Какао с молоком.