



УТВЕРЖДАЮ  
 Заверяющий МАДОУ д/с № 100  
 Сударева Т.А.

Десятидневное меню для категории питающихся детей в возрасте от 1 – 3 лет, 3 - 7 лет

1 неделя 1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	2 неделя 6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК
Суп молочный с крупой	КАКАО С МОЛОКОМ	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	Каша манная молочная жидкая	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	Суп молочный с макаронными изделиями	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	КАША "ДРУЖБА"	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КАКАО С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КАКАО С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КАКАО С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ
Батон нарезной	Каша ячневая вязкая	Батон нарезной	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	Батон нарезной	Батон нарезной	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	Батон нарезной	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	Батон нарезной
ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ
Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (бананы)	Плоды свежие (бананы)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (бананы)	Плоды свежие (бананы)
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
Борщ с капустой и картофелем	Суп с рыбными консервами	Щи из свежей капусты	КОТЛЕТЫ ИЗ КУРИЦЫ	Бульон из кур прозрачный	Суп картофельный с клецками	Салат из свеклы с соевыми огурцами	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	Щи из свежей капусты с картофелем	Суп картофельный с макаронными изделиями
Котлеты, биточки, пшеница	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	Птица тушеная, куры	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	Сложный гарнир (Картофельное пюре с капустой тушеной)	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	Г/Свекольник	Птица, тушеная в соусе соевыми, филе птицы (319)	Суфле куриное с рисом	Рагу из овощей
Макаронные изделия отварные	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	Картофельное пюре	Хлеб пшеничный	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	Печень говяжья по-строгановски	КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	Кисель из кураги	КОТЛЕТЫ ИЗ КУРИЦЫ
КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	Хлеб пшеничный	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОКИ ВИШНИ	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	Картофельное пюре	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ
Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Рассольник ленинградский	Гренки из пшеничного хлеба	Хлеб пшеничный	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной		Хлеб ржаной	Свекла, тушенная в сметане или молочном соусе (сметана)	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный		Салат из моркови с зеленым горошком	Хлеб ржаной
		Салат из моркови с зеленым горошком		Кнели из кур с рисом		Хлеб ржаной			
<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>
Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ
Ватрушки с повидлом	Пряники	Пряники	Булочка российская	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	Булочка молочная	Булочка дорожная	Булочка домашняя	Пряники	Пряники
<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>
Капша гречневая рассыпчатая с луком	ЧАЙ С САХАРОМ	Винегрет овощной	Макаронные изделия отварные с сыром	Омлет натуральный	Рыба, запеченная в духовке	Пюре из гороха с пассерованным луком	ЧАЙ С САХАРОМ	Салат из кукурузы (консервированной)	Рыба, запеченная с картофелем по-русски
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	Хлеб пшеничный	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	Хлеб пшеничный	Омлет натуральный	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ
Хлеб пшеничный	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ (сгущенка)	ЧАЙ С САХАРОМ	Хлеб пшеничный
		Яйца вареные						Хлеб пшеничный	



Десятидневное меню для категории питающихся детей с ограниченными возможностями.

1 неделя 1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	2 неделя 6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК
Суп молочный с крупой	КАКАО С МОЛОКОМ	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	Каша манная молочная жидкая	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	Суп молочный с макаронными изделиями	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	КАША "ДРУЖБА"	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КАКАО С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КАКАО С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КАКАО С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ
Батон нарезной	Каша ячневая вязкая	Батон нарезной	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	Батон нарезной	Батон нарезной	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	Батон нарезной	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	Батон нарезной
ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ
Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (бананы)	Плоды свежие (бананы)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (бананы)	Плоды свежие (бананы)
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
Борщ с капустой и картофелем	Суп с рыбными консервами	Щи из свежей капусты	КОТЛЕТЫ ИЗ КУРИЦЫ	Бульон из кур прозрачный	Суп картофельный с клецками	Салат из свеклы с соевыми огурцами	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	Щи из свежей капусты с картофелем	Суп картофельный с макаронными изделиями
Котлеты, биточки, шницели	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	Птица тушеная, кури	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	Сложный гарнир (Картофельное пюре с капустой тушеной)	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	Г/Свекольник	Птица, тушеная в соусе соевыми, филе птицы (319)	Суфле куриное с рисом	Рагу из овощей
Макаронные изделия отварные	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	Картофельное пюре	Хлеб пшеничный	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	Печень говяжья по-строгановски	КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	Кисель из кураги	КОТЛЕТЫ ИЗ КУРИЦЫ
КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	Хлеб пшеничный	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОКИ ВИШНИ	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	Картофельное пюре	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ
Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Рассольник ленинградский	Гренки из пшеничного хлеба	Хлеб пшеничный	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной		Хлеб ржаной	Свекла, тушенная в сметане или молочном соусе (сметана)	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный		Салат из моркови с зеленым горошком	Хлеб ржаной
		Салат из моркови с зеленым горошком		Кнели из кур с рисом		Хлеб ржаной			
<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>
Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ
Ватрушки с повидлом	Пряники	Пряники	Булочка российская	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	Булочка молочная	Булочка дорожная	Булочка домашняя	Пряники	Пряники
<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>
Каша гречневая рассыпчатая с луком	ЧАЙ С САХАРОМ	Винегрет овощной	Макаронные изделия отварные с сыром	Омлет натуральный	Рыба, запеченная в масле	Пюре из гороха с пассерованным луком	ЧАЙ С САХАРОМ	Салат из кукурузы (консервированной)	Рыба, запеченная с картофелем по-русски
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	Хлеб пшеничный	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	Хлеб пшеничный	Омлет натуральный	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ
Хлеб пшеничный	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ (сгущенка)	ЧАЙ С САХАРОМ	Хлеб пшеничный
		Яйца вареные						Хлеб пшеничный	
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ</b>	<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ</b>	<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ</b>	<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ</b>	<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ</b>	<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ</b>	<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ</b>	<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ</b>	<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ</b>	<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ</b>
Сок	Фруктовое пюре		Фруктовое пюре	Сок	Сок	Фруктовое пюре		Фруктовое пюре	Сок



Десятидневное меню для категории питающихся без рыбы.

1 неделя 1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	2 неделя 6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК
Суп молочный с крупой	КАКАО С МОЛОКОМ	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	Каша манная молочная жидкая	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	Суп молочный с макаронными изделиями	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	КАША "ДРУЖБА"	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КАКАО С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КАКАО С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КАКАО С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ
Батон нарезной	Каша ячневая вязкая	Батон нарезной	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	Батон нарезной	Батон нарезной	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	Батон нарезной	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	Батон нарезной
ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ
Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (бананы)	Плоды свежие (бананы)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (бананы)	Плоды свежие (бананы)
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
Борщ с капустой и картофелем	Борщ с капустой и картофелем	Щи из свежей капусты	КОТЛЕТЫ ИЗ КУРИЦЫ	Бульон из кур прозрачный	Суп картофельный с клецками	Салат из свеклы с соевыми огурцами	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	Щи из свежей капусты с картофелем	Суп картофельный с макаронными изделиями
Котлеты, биточки, шницели	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	Птица тушеная, кури	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	Сложный гарнир (Картофельное пюре с капустой тушеной)	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	Свекольник	Птица, тушеная в соусе соевыми, филе птицы (319)	Суфле куриное с рисом	Рагу из овощей
Макаронные изделия отварные	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	Картофельное пюре	Хлеб пшеничный	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	Печень говяжья по-строгановски	КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	Кисель из кураги	КОТЛЕТЫ ИЗ КУРИЦЫ
КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	Хлеб пшеничный	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОКИ ВИШНИ	Хлеб рисовой	Хлеб пшеничный	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	Картофельное пюре	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ

Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Рассольник ленинградский	Гренки из пшеничного хлеба	Хлеб пшеничный	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной		Хлеб ржаной	Свекла, тушенная в сметане или молочном соусе (сметана)	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный		Салат из моркови с зеленым горошком	Хлеб ржаной
		Салат из моркови с зеленым горошком		Кнели из кур с рисом		Хлеб ржаной			
<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>
Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ
Ватрушки с повидлом	Пряники	Пряники	Булочка российская	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	Булочка молочная	Булочка дорожная	Булочка домашняя	Пряники	Пряники
<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>
Каша гречневая рассыпчатая с луком	ЧАЙ С САХАРОМ	Винегрет овощной	Макаронные изделия отварные с сыром	Омлет натуральный	Салат из горошка зеленого консервированного	Пюре из гороха с пассерованным луком	ЧАЙ С САХАРОМ	Салат из кукурузы (консервированной)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	Хлеб пшеничный	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	Омлет натуральный	ЧАЙ С САХАРОМ	Хлеб пшеничный	Омлет натуральный	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ
Хлеб пшеничный	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	ЧАЙ С САХАРОМ	Хлеб пшеничный	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ (стуженка)	ЧАЙ С САХАРОМ	Хлеб пшеничный
		Яйца вареные			Хлеб пшеничный			Хлеб пшеничный	Яйца вареные



УТВЕРЖАЮ  
Заведующий МАДОУ д/с № 100

Сударева Т.А.

Десятидневное меню для категории питающихся без молока, сметана, яйцо, сыр

1 неделя 1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	2 неделя 6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК
Макаронные изделия отварные	Каша перловая рассыпчатая с маслом растительным (3-7 лет и 7-11 лет)	ЧАЙ С САХАРОМ	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным (3-7 лет и 7-11 лет)	КАША РАССЫПЧАТАЯ (Рис)	Макаронные изделия отварные	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным (3-7 лет и 7-11 лет)	ЧАЙ С САХАРОМ	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом и клюквой	КАША РАССЫПЧАТАЯ (Рис)
ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	Батон нарезной	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	Батон нарезной	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ
Батон нарезной	Хлеб пшеничный	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	Хлеб пшеничный	Батон нарезной	Батон нарезной	Хлеб пшеничный	Каша "Дружба" на воде с растительным маслом	Хлеб пшеничный	Батон нарезной
ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ	ЗАВТРАК ВТОРОЙ
Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)	Плоды свежие (яблоки)
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
Борщ с капустой и картофелем	Суп с рыбными консервами	Щи из свежей капусты	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	Бульон из кур прозрачный	Суп картофельный с крупой	Салат из свеклы с соевыми огурцами	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	Щи из свежей капусты с картофелем	Суп картофельный с макаронными изделиями
Котлеты, биточки, шницели	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ВИШНИ	Хлеб пшеничный	Сложный гарнир (Картофель отварной с капустой тушеной)	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	Свекольник	Птица, тушеная с овощами	Кисель из кураги	Рагу из овощей
Макаронные изделия отварные	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	Хлеб пшеничный	Печень говяжья по-строгановски	КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	Хлеб пшеничный	КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ
КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Рассольник ленинградский	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный
Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Котлета из курицы с маслом растительным	Котлета из курицы с маслом растительным	Гренки из пшеничного хлеба	Картофель отварной	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Салат из моркови с зеленым горошком	Хлеб ржаной

Хлеб ржаной		Картофель отварной	Свекла, тушенная	Хлеб ржаной	Фрикадельки мясные	Хлеб ржаной		Плов из птицы, филе птицы	Котлета из курицы с маслом растительным
		Салат из моркови с зеленым горошком		Кнели из кур с рисом		Картофель отварной			
<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>
Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ
Ватрушки с повидлом	Пряники	Пряники	Булочка российская	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	Булочка молочная	Булочка дорожная	Булочка домашняя	Пряники	Пряники
<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>
Каша гречневая рассыпчатая с луком	Макаронные изделия отварные	Винегрет овощной	Макаронные изделия отварные	Каша гречневая рассыпчатая с луком	Рыба припущенная, минтай	Пюре из гороха с пассерованным луком	Каша гречневая рассыпчатая с луком	Салат из кукурузы (консервированной)	Рыба, запеченная с картофелем поррусски
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ	Макаронные изделия отварные	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	ЧАЙ С САХАРОМ	Хлеб пшеничный