

Перспективное меню (Осенне-зимний период)

Утверждаю

Заведующий МКДОУ д/с № 304

_____ И.Г.Вдовина

1 неделя

	Завтрак	Завтрак 2	Обед	Полдник	Ужин
Понедельник	Яйцо вареное Макаронны отварные с сыром Бутерброд с маслом Кофейный напиток	Сок (всем)	Салат из соленых огурцов Суп картофельный с бобовыми (горох) Бефстроганов из отварного мяса Каша перловая (Ленивые голубцы с соусом ,чередовать) Компот из ягод смородины Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Молоко Печенье овсяное	Рагу из овощей (картофель пюре с тушеной капустой) Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный
Вторник	Суп молочный с крупой (пшено) Бутерброд с сыром Какао с молоком	Снежок (ОВЗ)	Салат из кукурузы консервированной Суп картофельный Рулет из мяса с луком и яйцом Соус сметанный Компот из изюма Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Печенье сахарное сок	Пудинг из творога запеченный со сгущенным молоком Чай с лимоном Хлеб пшеничный
Среда	Каша гречневая вязкая с молоком Бутерброд с повидлом Кофейный напиток с молоком	Яблоко (всем)	Салат из свежих огурцов Борщ с капустой и картофелем со сметаной Рыба запеченная в омлете Кисель из ягод смородины Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Крендель сахарный ряженка	Каша геркулесовая жидкая Чай с сахаром Хлеб пшеничный
Четверг	Каша рисовая вязкая Бутерброд с маслом Чай с молоком	Сок (ОВЗ)	Салат из свежих помидоров Рассольник «Ленинградский» Запеканка картофельная с печенью Соус томатно-сметанный Компот из кураги Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Банан йогурт	Вареники ленивые Кисель из плодов шиповника Хлеб пшеничный
Пятница	Каша манная жидкая Бутерброд с сыром Какао. с молоком	Груши (всем)	Салат из зеленого горошка Щи из свежей капусты со сметаной Курица тушенная с капустой Компот из с/ф Хлеб ржаной	Вафли молоко	Тефтели из рыбы под соусом с кабачковой икрой Чай с сахаром Хлеб пшеничный

2 неделя

	Завтрак	завтрак	Обед	Полдник	Ужин
Понедельник	Каша гречневая рассыпчатая с овощами Бутерброд с сыром Чай с лимоном	Сок (всем)	Огурец свежий порционно Суп картофельный с бобовыми (фасоль) со сметаной Плов из говядины Компот из кураги Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Ряженка Печенье овсяное	Картофельное пюре Сельдь с луком Хлеб пшеничный Напиток из плодов шиповника
Вторник	Каша пшеничная вязкая Бутерброд с маслом Кофейный напиток с молоком	Банан (всем)	Икра кабачковая консервированная Борщ с мясом и со сметаной Макаронник с печенью соус сметанный (Печень по-строгановски, макароны) Компот из ягод смородины Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Крем – брюлле (Молоко, Вафли)	Сырники со сгущенным молоком Чай с молоком
Среда	Каша кукурузная жидкая Бутерброд с повидлом Какао с молоком	Снежок (ОВЗ)	Салат из свежих помидоров и огурцов Рассольник «Домашний» со сметаной Зразы с гречкой с томатным соусом Кисель из плодов шиповника Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Ватрушка с творогом молоко	Винегрет овощной (рагу из овощей) Чай с сахаром Хлеб пшеничный
Четверг	Каша ячневая вязкая Бутерброд с маслом Чай с молоком	Сок (ОВЗ)	Салат из соленых огурцов с луком Суп картофельный с крупой со сметаной Котлета из мяса Рис отварной Соус сметанный Компот из с/ф Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Сок Печенье сахарное	Салат из свеклы с зеленым горошком Суфле из рыбы Кисель из ягод смородины Хлеб пшеничный
Пятница	Омлет натуральный Бутерброд с сыром Кофейный напиток	Яблоки (Груши) (всем)	Суп картофельный с макаронными изд. (вермишель) Птица тушеная с капустой Компот из изюма Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	йогурт	Каша пшеничная вязкая (каша из смеси «2х круп») Чай с лимоном Хлеб пшеничный