

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «Детский сад №2
Комбинированного вида» с. Зеленец
Е.А. Смолева



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ЕЖЕДНЕВНОГО ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	
1 неделя						
Завтрак	Каша манная молочная	каша "Геркулес"	Каша пшеничная	молочный суп с гречей	Каша рисовая жидкая	
	кофейный напиток с молоком	какао с молоком	кофейный напиток с молоком	какао с молоком	кофейный напиток с молоком	
	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	
2 завтрак	Сок фруктовый	Фрукты	Сок фруктовый	Фрукты	Сок фруктовый	
Обед	салат из белокочанной капусты с яблоками или огурцы соленые (консервированные)	огурец порционно или салат из моркови с зеленым горошком	Огурцы соленые (консервированные) или салат из свежей капусты с яблоками (с нового урожая до 1 марта)	Салат из свежих огурцов или салат из помидоров и огурцов	Помидоры свежие или салат из квашеной капусты с луком	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	Суп из овощей	Суп крестьянский с крупой	Свекольник	Суп картофельный с мясными фрикадельками	
	Гуляш из говядины, каша гречневая рассыпчатая	капуста тушенная Биточки мясные	Макаронные изд.отварные Печень ,тушенная в сметанном соус в соусе	Пюре картофельное котлета рыбная	Жаркое подомашнему	
	компот из ягод замороженных	Компот из плодов и ягод сушеных	Компот из яблок с лимоном	компот из ягод замороженных	Компот из свежих плодов или ягод	
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	
	Полдник	Молоко	Молоко	Снежжка	Молоко	Молоко
		Пряники	Булочка домашняя	Булочка "Веснушка"	Вафли	Ватрушка с повидлом
Ужин	омлет натуральный	Биточки рисовые со сгущённым молоком	Салат из свеклы с чесноком рыба запечённая в омлете	Вареники ленивые, масло сливочное или сырники из творога с джемом	Запеканка капустная	
	чай с сахаром	чай с сахаром	чай с сахаром	Кисель	чай с сахаром	
2 неделя						
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	Каша "Дружба"	Каша ячневая	Суп молочный с мак. изделиями	Каша "Геркулес"	
	кофейный напиток с молоком	какао с молоком	кофейный напиток с молоком	какао с молоком	кофейный напиток с молоком	
	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом и сыром	

2 завтрак	Фруктовый сок	фрукты	Фруктовый сок	фрукты	Фруктовый сок
Обед	Огурцы свежие или салат витаминный	Салат из свежих огурцов или Салат из свеклы с солеными огурцами	Салат из свежих огурцов или салат картофельный с зеленым горошком	салат из квашеной капусты с луком или салат из помидоров и огурцов	Салат из свежих огурцов или Салат из моркови и яблок (с нового урожая до 1 марта)
	суп картофельный с бобовыми	Рассольник домашний	Щи из св.капусты с картофелем	Уха рыбацкая	Борщ со сметаной
	Плов из мяса	Пюре картофельное голубцы ленивые	Пюре картофельное, печень по-строгановски	Птица в соусе с томатом, рис рассыпчатый	бигус
	напиток из шиповника	Компот из свежих плодов или ягод	Компот из яблок с лимоном	Компот из плодов и ягод сушеных	компот из ягод замороженных
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
	Молоко	Молоко	Снежжка	Молоко	Молоко
	Пряники	Булочка сдобная	Булочка сдобная с маком	Вафли	Ватрушка с повидлом
Ужин	омлет с горошком	макаронные изделия с отв. овощами	Винегрет овощной, Вареное яйцо	Запеканка рисовая с творогом, молоко сгущенное, или пудинг из творога с рисом,молоко сгущ.	картофель отварной сельдь сол., с луком
	чай с сахаром	чай с сахаром	чай с сахаром	Кисель	чай с сахаром