

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение –ЦРР
детский сад №86 «Оюна» г. Улан-Удэ

ул. Тобольская 51, г. Улан – Удэ, Республика Бурятия



Примерное 10-дневное меню 10,5 часов

	День 1	День 2	День 3	День 4	День 5
Завтрак	Каша ячневая Бутерброд с маслом, с сыром Чай с сахаром	Каша манная Бутерброд с маслом Какао с молоком	Каша дружба Бутерброд с маслом Кофейный напиток	Каша кукурузная Бутерброд с маслом с джемом Чай с молоком	Суп молочный с лапшой Бутерброд с маслом Чай с сахаром
10-00	Сок фруктовый	Яблоко	Сок фруктовый	Апельсин	Сок фруктовый
Обед	Суп гороховый Котлеты из говядины с томатным соусом Гречка отварная Икра баклажанная Хлеб пшеничный Компот из сухофруктов	Щи из свежей капусты Жаркое по -домашнему Салат из соленых огурцов с луком Хлеб пшеничный Компот из кураги	Борщ Биточки мясные с соусом Перловая крупа отварная Салат из консервированной кукурузы Хлеб пшеничный Компот из чернослива	Суп геркулесовый Рыба по - Польски Рис отварной Зеленый горошек Хлеб пшеничный Компот из изюма	Суп с клецками Капуста тушенная Салат из вареной свеклы Хлеб пшеничный Компот из сухофруктов
Ужин	Манный пудинг с вареньем или сгущенным молоком Хлеб пшеничный Чай черный	Запеканка творожная с вареньем Хлеб пшеничный Чай черный	Омлет (яйцо вареное) Хлеб пшеничный с маслом с сыром Чай с сахаром	Пирожки с мясом Чай черный Конфеты	Каша рисовая Хлеб пшеничный Чай с сахаром

	День 6	День7	День8	День 9	День 10
Завтрак	Каша сборная Бутерброд с маслом Какао с молоком	Каша геркулесовая Бутерброды с маслом, с сыром Чай с молоком	Каша пшенная Бутерброд с маслом Кофейный напиток	Каша гречневая Бутерброд с маслом Чай с сахаром	Каша пшеничная Бутерброд с маслом, с повидлом Чай с молоком
10-00	Сок фруктовый	Яблоко	Сок фруктовый	Груша	Сок фруктовый
Обед	Суп с лапшой Котлета мясная с соусом Гороховое пюре Икра кабачковая Хлеб пшеничный Компот из изюма	Суп рыбными консервами Плов Салат из вареной моркови Хлеб пшеничный Компот из сухофруктов	Свекольник с мясом со сметаной Гуляш Макароны отварные Фасоль консервированная Хлеб пшеничный Компот из свежих яблок и изюма	Суп с фрикадельками Рыба тушенная с овощами Картофельное пюре Салат зеленый горошек с луком Хлеб пшеничный Компот из сухофруктов	Суп крестьянский Запеканка картофельная с мясом Закуска сельдь соленая Хлеб пшеничный Компот из кураги
Ужин	Плов овощной Хлеб пшеничный Чай черный	Сырники со сгущенкой Чай черный Хлеб пшеничный	Сложный гарнир Хлеб пшеничный Чай с сахаром	Суп молочный с лапшой Хлеб пшеничный Чай с молоком	Макароны с сыром Хлеб с маслом Чай черный Конфеты

В меню возможны изменения!!!