

**Перспективное зимне-весеннее меню для организации питания (на 10 дней) МБДОУ ДС №34 "Чайка"**

<b>1 неделя</b>	<b>понедельник</b>	<b>вторник</b>	<b>среда</b>	<b>четверг</b>	<b>пятница</b>
<b>завтрак</b>	каша ячневая молочная	каша кукурузная молочная	омлет с кабачковой икрой	каша пшеничная молочная	каша пшеничная молочная
	батон с маслом сыр	батон с маслом	батон с маслом	батон с маслом сыр	батон с маслом
	кофейный напиток с молоком	какао с молоком	чай с лимоном	кофе с молоком	какао с молоком
<b>2 завтрак</b>	сок овощной	фрукты	кефир, ряженка печенье	фрукты	сок фруктовый
<b>обед</b>	салат из отварной свеклы и соленого огурца	салат из квашенной капусты и лука	солёный помидор и зелен.горошек	салат из свеклы с чесноком	салат из квашенной капусты и лука
	суп вермишелевый на гов. бульоне	суп фасолевый со сметаной	щи с квашенной капустой на гов. бульоне со сметаной	суп гречневый на гов. бульоне со сметаной	борщ на кур. бульоне
	жаркое по- домашнему из говядины	котлета рыбная	пюльпета из говядины (ясли) Гуляш из говядины(сад)	тефтели мясные	пюльпета из птицы (ясли) Плов с курой (сад)
		картофельное пюре	макаронотварные	картофель отварной	рис с овощами (ясли)
	компот из сухофруктов и яблок хлеб пшеничный хлеб ржаной	кисель хлеб пшеничный хлеб ржаной	компот из сухофруктов хлеб пшеничный хлеб ржаной	напиток из яблок хлеб пшеничный хлеб ржаной	компот из сухофруктов и яблок хлеб пшеничный хлеб ржаной
<b>полдник</b>	морковный пирог шоколадный соус фрукты кефир ряженка биокефир	запеканка творожно-морковная с молочным соусом кефир ряженка биокефир	филе сельди с луком хлеб пшеничный и ржаной картофельное пюре отварная свекла фруктовый сок	ленивые вареники со сметаной кефир ряженка биокефир	слойка с сахаром кефир ряженка биокефир фрукты

2 неделя	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
завтрак	каша рисовая молочная	каша манная молочная	макароны с сыром консервированная кукуруза	каша геркулесовая молочная	суп молочный вермишелевый
	батон с маслом сыр чай с лимоном	батон с маслом кофейный напиток с молоком	батон с маслом молоком какао с	батон с маслом чай с лимоном	батон с маслом кофе с молоком
2 завтрак	сок фруктовый	сок овощной	сок фруктовый	фрукты	фрукты
обед	салат из квашеной капусты	салат из отварной свеклы и консервированной фасоли	салат из квашеной капусты и свеклы	квашенный огурец или квашеный помидор	салат из квашеной капусты и фасоли консервированной
	свекольник на гов. бульоне со сметаной	суп гороховый с сосисками (с сухарями )	рассольник на гов. бульоне со сметаной	суп рыбный	суп с клецками на кур. бульоне
	картофельная запеканка с печенью под сметаной	суфле рыбное	котлета из говядины	солянка мясная	пульпета из филе птицы
			пюре картофельное		гречка отварная
	кисель, хлеб пшеничный, хлеб ржаной	компот из сухофруктов и яблок,хлеб пшеничный, хлеб ржаной	компот из сухофруктов, хлеб пшеничный, хлеб ржаной	напиток из яблок, хлеб пшеничный, хлеб ржаной	компот из сухофруктов и яблок, хлеб пшеничный, хлеб ржаной
полдник	пирожок с повидлом, кефир (ряженка биокефир)	запеканка рисовая с творогом, кисельная подлива, фрукты, кефир ( ряженка биокефир)	Манник, молочная подлива, фрукты, кефир (ряженка биокефир)	ватрушка –лакомка, кефир (ряженка биокефир)	омлет с горошком и кабачковой икрой, печенье или пряники , кефир (ряженка биокефир)