



Утверждаю


и.о. заведующей

 Э.Д.Будаева



Согласовано

 мед.сестра Цырендоржиева С.Д.

 повар Дамбаева Б.Д.

**Примерное десятидневное меню
для питания детей в МБДОУ "Детский сад "Ургы"**

Возрастная категория 2-7 лет

№	Завтрак	Обед	Полдник
1.	1. Каша манная 2. Чай с молоком 3. Хлеб	1. Суп с лапшой 2. Плов 3. Компот из сухофруктов 4. Салат из свежей капусты 5. Хлеб	1. Молоко 2. Печенье 3. Банан
2.	1. Каша рисовая 2. Чай с молоком 3. Хлеб 4. Конфеты	1. Борщ 2. Жаркое 3. Кисель 4. Салат из свежих огурцов 5. Хлеб	1. Йогурт 2. Кеке 3. Чай с молоком 4. Груши
3.	1. Каша пшенная 2. Чай с молоком 3. Хлеб	1. Гороховый суп 2. Гуляш с гречневой крупой 3. Компот 4. Салат из свежих огурцов 5. Хлеб	1. Фруктовый салат 2. Пряники 3. Чай с молоком
4.	1. Каша овсяная 2. Чай с молоком 3. Хлеб	1. Щи 2. Котлеты с лапшой 3. Компот 4. Овощной салат 5. Хлеб	1. Блины со сгущенным молоком 2. Яблоко 3. Чай с молоком
5.	1. Каша манная 2. Чай с молоком 3. Хлеб	1. Суп с домашней лапшой 2. Тефтели с картофельным пюре 3. Кисель 4. Свекольный салат 5. Хлеб	1. Булочка домашняя 2. Банан 3. Чай с молоком
6.	1. Каша рисовая 2. Чай с молоком 3. Хлеб	1. Борщ 2. Гуляш с гречневой крупой 3. Компот 4. Салат из свежих огурцов 5. Хлеб	1. Суп молочный 2. Груши 3. Чай с молоком
7.	1. Каша пшенная 2. Чай с молоком 3. Хлеб со сливочным маслом	1. Гороховый суп 2. Котлеты рыбные с картофельным пюре 3. Компот 4. Салат из свежей капусты 5. Хлеб	1. Пирог с повидлом 2. Чай с молоком
8.	1. Каша овсяная 2. Чай с молоком 3. Хлеб с сыром	1. Пельмени 2. Компот 3. Салат из свежих помидоров 4. Хлеб	1. Салат фруктовый 2. Вафли 3. Чай с молоком
9.	1. Каша манная 2. Чай с молоком 3. Хлеб	1. Суп с лапшой 2. Плов 3. Компот из сухофруктов 4. Свекольный салат 5. Хлеб	1. Пирожки с мясом 2. Кисель 3. Банан
10.	1. Каша рисовая 2. Чай с молоком 3. Хлеб с сыром	1. Щи 2. Котлеты с картофельным пюре 3. Компот 4. Салат из свежих помидоров и огурцов 5. Хлеб	1. Рыбный суп 2. Сок 3. Яблоки