

БДОУ города Омска «Детский сад № 238»

Примерное циклическое десятидневное меню

ДЕНЬ	ЗАВТРАК	ОБЕД	ПОЛДНИК	УЖИН
1 день	~ Каша кукурузная с маслом ~ Чай сладкий ~ Хлеб с маслом ~ 10.00 Фрукт	~ Салат с моркови ~ Суп картофельный с рыбными консервами ~ Картофельное пюре ~ Печень по -строгановский ~ Компот из сухофруктов с вит. «С» ~ Хлеб ржаной	~ Булочка домашняя ~ молоко	~ рагу овощное ~ Чай сладкий с лимоном ~ хлеб
2 день	~ Каша ячневая ~ Хлеб с маслом с сыром ~ Кофейный напиток с молоком ~ 10.00 Сок	~ Горошек консервирован ~ Рассольник ~ Капуста тушенная ~ Котлета мясная, соус красный основной ~ Кисель из св. ягод ~ Хлеб ржаной	~ Кисломолочн ый продукт ~ Печенье	~ Салат с моркови с яблоком (01.03 фрукт) ~ Творожная запеканка ~ Чай с молоком ~ Хлеб
3 день	~ Каша пшеничная ~ Хлеб с маслом ~ какао с молоком ~ 10.00 фрукты	~ Салат свекла с изюмом ~ Суп крестьянский ~ Домашнее жаркое ~ Напиток лимонный ~ Хлеб ржаной	~ Вафли ~ молоко	~ рыба припущенная ~ овощи тушенные ~ Чай сладкий ~ Хлеб
4 день	~ Пудинг творожный с яблоком ~ Хлеб с маслом с сыром ~ Чай с молоком ~ 10.00 Фрукты	~ Салат соленый огурец с луком ~ Борщ со сметанной ~ Гуляш из говядины ~ Гречневая каша ~ Компот из свежих фруктов ~ Хлеб ржаной	~ Крендель сахарный ~ Кисломолочный продукт	- макароны с овощами ~ Чай с молоком ~ хлеб
5 день	~ Омлет натуральный ~ Кукуруза консервир.ав. ~ Хлеб с маслом ~ Коф. нап. с молоком ~ Сок	~ Овощной маринад ~ Щи из свежей капусты ~ Котлета рыбная любит., сметанный соус ~ Рис отварной ~ Компот из сухофруктов с вит. «С»	~ Батон с повидлом ~ Молоко	~ Напиток с шиповника ~ Хлеб ~ Салат свеклы с черносл ~ Картофельная запеканка с мясом

6 день	<ul style="list-style-type: none"> ~ Каша геркулесовая ~ Хлеб с маслом ~ Чай с сахаром ~ 10.30 Фрукт 	<ul style="list-style-type: none"> ~ салат соленый огурец с луком ~ Борщ со свежей капустой ~ Гуляш ~ Макароны отварные ~ Компот из сухофруктов с вит. «С» ~ Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> ~ Молоко ~ Коржик молочный 	<ul style="list-style-type: none"> ~ Картофельное пюре ~ Кабачковая икра ~ Чай с лимоном ~ Хлеб
7 день	<ul style="list-style-type: none"> ~ Каша пшенная ~ Хлеб с маслом, сыром ~ Кофейный напиток с молоком ~ 10.30 сок 	<ul style="list-style-type: none"> ~ Салат картофельный ~ свекольник со сметаной ~ Говядина тушеная с капустой ~ Компот из свежих фруктов ~ Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> ~ Кисломолочный продукт ~ Батон с повидлом ~ 	<ul style="list-style-type: none"> ~ Салат с моркови с яблоком (01.03 фрукт) ~ творожная запеканка со сгущенным молоком ~ хлеб ~ Чай сладкий
8 день	<ul style="list-style-type: none"> ~ Каша «Дружба» ~ Хлеб с маслом ~ 10.30 фрукт ~ Какао с молоком 	<ul style="list-style-type: none"> Салат витаминный (01.03 порционный сол. Огурец) ~ Суп с рыбными консервами ~ Картофель отварной ~ Рыба тушеная с овощами ~ Кисель св. брусника ~ Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> ~ сок ~ печенье ~ мармелад 	<ul style="list-style-type: none"> ~ Винегрет овощной ~ Кнели из говядины ~ Чай сладкий с лимоном ~ Хлеб
9 день	<ul style="list-style-type: none"> ~ Пудинг творожный с яблоком запеченный ~ Хлеб с маслом, с сыром ~ Кофейный напиток с молоком ~ 10.30 Фрукты 	<ul style="list-style-type: none"> ~ Салат капуста с морковью (01.03 кукуруза консервированная) ~ Суп картоф фасолью, горох ~ Плов с говядиной ~ Компот из сухофруктов ~ Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> ~ Кисломолочный продукт ~ Домашняя булочка 	<ul style="list-style-type: none"> ~ Чай с сладкий ~ Овощная запеканка ~ хлеб
10 день	<ul style="list-style-type: none"> ~ Омлет натуральный ~ Кабачковая икра ~ Хлеб с маслом ~ Какао с молоком ~ 10.00 фрукт 	<ul style="list-style-type: none"> ~ Салат свекла с черносливом ~ Суп овощной со сметаной ~ Тефтели мясные, молочный соус ~ Овощи тушеные ~ Морс из брусники ~ Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> ~ вафли ~ молоко 	<ul style="list-style-type: none"> ~ макароны отварные с овощами ~ Чай с шиповником ~ Хлеб

