Утверждаю:

 Заведующий МАДОУ ЦРР -д/с №32

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.В.Дементьева

 Пр.№20/2от 29.01.2021г

**Десятидневное меню на летне-осенний период (1-3 лет)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **1день** | **2день** | **3день** | **4день** | **5день** | **6день** | **7день** | **8день** | **9день** | **10день** |
| Завтрак  | Омлет натуральный. Овощи натуральные свежие(огурец,помидор) | Бутерброд с сыром и маслом | Суп молочный с макаронными изделиями | Бутерброд с маслом и сыром | Суп молочный с лапшой | Омлет натуральный. Овощи натуральные свежие(огурецПомидор) | Бутерброд с маслом | Суп молочный макаронными изделиями  | Бутерброд с маслом и сыром | Бутерброд с маслом |
| Суп молочный с крупой (гречка) | Чай с молоком | Суп молочный манный | Чай с молоком | Суп молочный «Геркулес» | Чай с молоком | Суп рисовый молочный | Каша «Дружба» |
|  |
| Чай с молоком | Какао с молоком  | Хлеб пшеничный | Чай с лимоном  | Хлеб пшеничный | Кофейный напиток с молоком | Чай с сахаром | Яйцо вареноеХлеб пшеничный  | Кофейный напиток на молоке  | Какао с молоком |
| Хлеб пшеничный. Кондитер. изд. (пряник,печенье,вафли) | Хлеб пшеничный  | Хлеб пшеничный. Кондитер. изд. (пряник,печенье,вафли | Хлеб пшеничный  | Кондитер. изд. (пряник,печенье,вафли) | Хлеб пшеничный  | Хлеб пшеничный  | Кондитер. изд. (пряник,печенье,вафли) | Хлеб пшеничный  | Хлеб пшеничный  |
| 10 часов | Сок фрукт.ягод.( в ассортим)  | Ряженка(кефир) | Сок (в ассортим) | Фр.свеж(яблоко, банан,апельсин) | Ряженка(кефир) | Сок фрукт.ягод. ( в ассортим) | Фр.свеж(яблоко, банан,апельсин) | Молоко кипяченое | Фр.свеж(яблоко, банан,апельсин) | Сок (в ассортим) |
| Обед  | Овощи натуральные свежие(огурец,помидор) | Овощи натуральные свежие(помидор, огурец) | Овощи натуральные свежие(помидор, огурец) | Овощи натуральные свежие(огурец,помидор) | Икра морковная | Овощи натуральные свежие(огурец, помидор) | Овощи натуральные свежие(помидор, огурец) | Икра свекольная | Овощи натуральные свежие(огурец, помидор) | Овощи натуральные свежие(помидорогурец) |
| Борщ с капустой и картофелем  | Рассольник ленинградский со сметаной  | Суп из овощей сфасолью | Суп картофельный с клёцками на м/б | Суп картофельный с бобовыми | Свекольник со сметаной | Суп картофельный с макаронными изделиями | Суп крестьянский с крупой | Рассольник со сметаной |  Щи из свежей капусты с картофелем |
| Мясо отварное | Биточки рыбные | Плов из отварной птицы | Рыба, тушенная в сметанном соусе | Картофельная запеканка с мясом | Тефтели из говядины паровые | Бифштекс рубленный паровой | Плов из отварной говядины | Фрикадельки рыбные  | Бефстроганов из отварной говядины |
| Пюре картофельное | Капуста тушеная | Пюре картофельное  | Сложный гарнир | Картофель отварной | Картофель отварной | Каша гречневая рассыпчатая |
| Компот из яблок |  Кисель из сока  | Компот из смеси сухофруктов | Кисель из сока  | Компот из смеси сухофруктов | Компот из свежих плодов | Компот из смеси сухофруктов | Сок фруктово- ягодный  | Компот из яблок  | Компот из смеси сухофруктов |
| Хлеб пшеничный  | Хлеб пшеничный  | Хлеб пшеничный  | Хлеб пшеничный  | Хлеб пшеничный  | Хлеб пшеничный  | Хлеб пшеничный  | Хлеб пшеничный  | Хлеб пшеничный  | Хлеб пшеничный  |
| Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной |
| полдник | Икра свекольная  | Сдоба обыкновенная | Запеканка из творога | Омлет натуральный | Пудинг из творога с рисомСоус молочный сладкий | Овощи натурал свежие(помидор, огурец) | Булочка домашняя | Сырники из творога запеченные | Рагу овощное | Запеканка из творога |
| Макароны отварные | Чай с лимоном | Соус молочный сладкий | Овощи натурал свежие (помидор, огурец | Рыба отварная  | Соус молочный сладкий | Оладьи из печени по -кунцевски | Соус молочный сладкий |
| Печень говяжья по-строгановски | Фрукты свежие (яблоко, банан, апельсин) | Йогурт | Кофейный напиток с молокомБулочка домашняя | Молоко кипяченое | Пюре картофельноечай с сахаром | Кофейный напиток на молоке | Ряженка(кефир) | Чай с лимоном |  Йогурт |
| Кофейный напиток с молоком |
| Хлеб пшеничный |
|  |  | Хлеб пшеничный | Фрукты свежие (яблоко, банан,апельсин) | Хлеб пшеничный  |  |  | Хлеб пшеничный  | Фрукты св. яблоко |