

Утверждено:

Приказом заведующего

№ _____

от « _____ » _____ 2023 г.

Е.С. Ичетовкина

**Примерное 10-ти дневное меню с 10,5 - часовым пребыванием детей
в МБДОУ детский сад "Солнышко" д. Ичетовкины на 2022 - 2023 учебный год. Безглютеновая диета. 5 группа**

	Понедельник 1-й день	Вторник 2-й день	Среда 3-й день	Четверг 4-й день	Пятница 5-й день
1-й завтрак:	1. "Каша "дружба" молочная жидкая (греча + пшено) 2. Какао с молоком	1. Каша овсяная молочная жидкая 2. Кофейный напиток с молоком	1. Каша "дружба" молочная жидкая (греча + геркулес) 2. Чай с молоком	1. Каша пшенная молочная жидкая 2. Какао с молоком	1. Каша геркулесовая молочная жидкая 2. Кофейный напиток с молоком
2-й завтрак:	1. Яблоко	1. Сок фруктовый	1. Яблоко	1. Банан	1. Сок фруктовый
Обед:	1. Икра морковная 2. Суп картофельный с горохом на мясном бульоне 3. Рагу овощное с мясом 4. Компот из сухофруктов	1. Салат из свеклы с изюмом 2. Уха с крупой рисовой 3. Суфле рыбное 4. Картофельное пюре 5. Компот из свежих яблок	1. Салат "Здоровье" 2. Суп крестьянский на кур/б. со сметаной 3. Суфле куриное 4. Каша гречневая рассыпчатая 5. Компот "ассорти"	1. Салат "Пёстрый" 2. Суп картофельный с крупой пшеничной на к/м. бульоне 3. Тефтели из говядины 4. Каша гречневая рассыпчатая 5. Кисель из концентрата	1. Салат из капусты с яблоками 2. Рассольник ленинградский на к/м.б. со сметаной 3. Биточек рыбный с молочным соусом 4. Каша рисовая рассыпчатая 5. Компот из сухофруктов
Полдник:	1. Яйцо варёное 2. Чай с сахаром	1. Пудинг творожный со сгущёнкой 2. Кисель из концентрата	1. Яйцо вареное 2. Молоко кипяченое	1. Омлет натуральный 2. Чай с сахаром 3. Яблоко	1. Яблоко 2. Йогурт

**Примерное 10-ти дневное меню с 10,5 - часовым пребыванием детей
в МБДОУ детский сад "Солнышко" д. Ичетовкины на 2022 - 2023 учебный год Безглютеновая диета. 5 группа**

	Понедельник 6-й день	Вторник 7-й день	Среда 8-й день	Четверг 9-й день	Пятница 10-й день
1-й завтрак:	1. Каша пшеничная молочная жидкая 2. Какао с молоком	1. Каша гречневая молочная жидкая 2. Кофейный напиток с молоком	1. Каша "Дружба" молочная жидкая (пшено+рис) 2. Чай с молоком	1. Каша овсяная молочная жидкая 2. Какао с молоком	1. Каша рисовая молочная жидкая 2. Кофейный напиток с молоком
2-й завтрак:	1. Сок фруктовый	1. Яблоко	1. Сок фруктовый	1. Банан	1. Сок фруктовый
Обед:	1. Салат из отварной свёклы с яблоками 2. Суп картофельный с клецками на к/м.бульоне 3. Голубцы ленивые 4. Каша рисовая рассыпчатая 5. Компот из свежих яблок	1. Салат из моркови с зеленым горошком 2. Борщ на к/м.б. со сметаной 3. Котлета рыбная 4. Картофельное пюре 5. Компот "ассорти"	1. Салат из свежей капусты с кукурузой 2. Суп картофельный с крупой перловой на курином бульоне 3. Кура отварная 4. Каша гречневая рассыпчатая 5. Кисель из концентрата	1. Салат из отварной моркови с яблоками 2. Суп картофельный с зеленым горошком на м.б. 3. Суфле мясное с рисом 4. Гороховое пюре 5. Компот из сухофруктов	1. Салат "Школьный" 2. Щи из свежей капусты на к/м.б. со сметаной 3. Котлета мясная 4. Картофельное пюре 5. Компот "ассорти"
Полдник:	1. Сырники творожные 2. Кисель	1. Драчена 2. Чай с молоком	1. Яйцо вареное 2. Йогурт	1. Суп - пюре овощной без сухариков 2. Чай с сахаром	1. Яйцо вареное 2. Молоко кипяченое 3. Яблоко