

Утверждаю:
 Приказом заведующего
 №34
 от « 30» августа 2023 г
 Е.С. Ичетовкина

**Примерное 10-ти дневное меню с 10,5 – часовым пребыванием детей
 В МБДОУ детский сад «Солнышко» д. Ичетовкины на 2023 – 2024 учебный год. Безглютеновая диета.**

	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	Яблоко	Сок фруктовый	Яблоко	Банан	Сок фруктовый
Обед	1.Салат из моркови с сахаром 2.Суп картофельный с горохом на мясном бульоне 3.Рагу овощное с мясом 4.Компот из сухофруктов	1.Салат из свежей капусты 2.Уха с крупой рисовой 3.Суфле рыбное 4.Картофельное пюре 5.Компот из свежих яблок	1.Салат «здоровье» Суп крестьянский на курином бульоне со сметаной 3.Суфле куриное 4.Каша гречневая рассыпчатая 5.Компот «ассорти»	1.Салат «Пестрый» 2.Суп картофельный с зеленым горошком на к/м. бульоне 3.Тефтели из говядины 4.Каша гречневая рассыпчатая 5.Кисель из концентрата	1.Салат «витаминный» 2.Рассольник ленинградский на к/м. бульоне со сметаной 3.Биточек рыбный с молочным соусом 4.Каша рисовая рассыпчатая 5.Компот из с/фруктов
Полдник	1.Яйцо вареное 2.Греча отварная 3.Чай с сахаром	1.Пудинг творожный со сгущенкой 2.Кисель из концентрата	1.Яйцо вареное 2.Молоко кипяченое	1.Омлет натуральный 2.Чай с сахаром	1.Яблоко 2.Йогурт

**Примерное 10-ти дневное меню с 10,5 – часовым пребыванием детей
В МБДОУ детский сад «Солнышко» д. Ичетовкины на 2023 – 2024 учебный год. Безглютеновая диета.**

	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 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	Сок фруктовый	Яблоко	Сок фруктовый	Банан	Сок фруктовый
Обед	1.Салат из свеклы с яблоками 2.Суп картофельный на к/м. бульоне 3.Голубцы ленивые 3.Каша рисовая рассыпчатая 5.Компот из свежих яблок	1.Салат из моркови с сахаром 2.Борщ на к/м. бульоне 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 моркови с яблоками 2.Суп картофельный на мясном бульоне 3.Суфле мясное с рисом 4.Гороховое пюре 5.Компот из сухофруктов	1.Салат из свеклы с луком 2.Щи из свежей капусты на к/м. бульоне со сметаной 3.Котлета мясная 4.Картофельное пюре 5.Компот «ассорти»
Полдник	1.Сырник творожный 2.Кисель из концентрата	1.Каша овсяная молочная вязкая 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