

Утверждаю:
 Приказом заведующего
 № 43
 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. Безмолочная 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» (греча + пшено) на воде 2. Кисель из концентрата 3 Хлеб пшеничный	1.Каша пшеничная на воде 2. Чай с сахаром 3.Хлеб пшеничный	1.Каша «дружба» (греча + геркулес) на воде 2. Кисель из концентрата 3. Хлеб пшеничный	1.Каша пшеничная на воде 2.Компот из сухофруктов 3.Хлеб пшеничный	1.Каша ячневая на воде 2.Компот из свежих яблок 3.Хлеб пшеничный
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 5.Хлеб ржаной	1.Салат из свежей капусты 2.Уха с крупой рисовой 3.Суфле рыбное 4.Картофель отварной 5.Компот из свежих яблок 6 Хлеб ржаной	1.Салат «Здоровье» Суп крестьянский на курином бульоне без сметаны 3.Суфле куриное 4.Макаронные изделия отварные 5.Компот «ассорти» 6.Хлеб ржаной	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 6.Хлеб ржаной	1.Салат «витаминный» 2.Рассольник ленинградский на к/м. бульоне без сметаны 3.Биточек рыбный без соуса 4.Каша рисовая рассыпчатая 5.Компот из с/фруктов 6.Хлеб ржаной
Полдник	1.Яйцо вареное 2.Макаронные изделия отварные 3.Чай с сахаром	1. Печенье сухое 2.Кисель из концентрата 3. Яблоко	1.Пирожок с повидлом 2.Чай с сахаром	1.Яйцо без желтка 2.Чай с сахаром 3.Печенье	1.Баранка 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. Безмолочная 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 пшенная на воде 2.Чай с сахаром 3.Хлеб пшеничный	1.Каша гречневая на воде 2.Компот из сухофруктов 3.Хлеб пшеничный	1.Каша пшенная на воде 2.Чай с сахаром 3.Хлеб пшеничный	1.Каша овсяная на воде 2.Кисель из концентрата 3.Хлеб пшеничный	1.Каша рисовая на воде 2.Компот из свежих яблок 3.Хлеб пшеничный
2-й завтрак	Сок фруктовый	Яблоко	Сок фруктовый	Банан	Сок фруктовый
Обед	1.Салат из свеклы с яблоками 2.Суп картофельный с клецками на к/м. бульоне 3.Каша рисовая рассыпчатая 5.Компот из свежих яблок 6.Хлеб ржаной	1.Салат из моркови с сахаром 2.Борщ на к/м. бульоне без сметаны 3.Котлета рыбная 4.Картофель отварной 5.Компот «ассорти» 6.Хлеб ржаной	1.Салат из свежей капусты с кукурузой 2.Суп картофельный с крупой перловой на курином бульоне 3.Кура отварная 4.Макаронны отварные 5.Кисель из концентрата 6.Хлеб ржаной	1.Салат из моркови с яблоками 2.Суп картофельный с крупой пшеничной на мясном бульоне 3.Суфле мясное с рисом 4.Гороховое пюре 5.Компот из сухофруктов 6.Хлеб ржаной	1.Салат из свеклы с луком 2.Щи из свежей капусты на к/м. бульоне без сметаны 3.Котлета мясная 4.Картофель отварной 5.Компот «ассорти» 6.Хлеб ржаной
Полдник	1.Пряник 2.Кисель из концентрата	1.Яйцо вареное без желтка 2.Чай с молоком 3.Печенье	1.Булочка сдобная 2.Компот из сухофруктов	1.Баранка 2.Чай с сахаром	1.Пряник 2.Чай с сахаром