

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. Безмолочная диета. 6 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" (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 пшенная 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:	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 5. Хлеб ржаной	1. Салат из свеклы с изюмом 2. Уха с крупой рисовой 3. Суфле рыбное 4. Картофель отварной 5. Компот из свежих яблок 6. Хлеб ржаной	1. Салат "Здоровье" 2. Суп крестьянский на кур/б. без сметаны 3. Суфле куриное Макаронные изделия отварные 5. Компот "ассорти" 6. Хлеб ржаной	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 6. Хлеб ржаной	1. Салат из капусты с яблоками 2. Рассольник ленинградский на к/м.б. без сметаны 3. Биточек рыбный без соуса 4. Каша рисовая рассыпчатая 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб ржаной
Полдник:	1. Яйцо варёное 2. Макароны 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. Яблоко 3. Чай с сахаром

**Примерное 10-ти дневное меню с 10,5 - часовым пребыванием детей
в МБДОУ детский сад "Солнышко " д. Ичетовкины на 2022 - 2023 учебный год . Безмолочная диета. 6 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 на воде 2. Чай с сахаром 3. Хлеб пшеничный	1. Каша гречневая на воде 2. Компот из сухофруктов 3. Хлеб пшеничный	1. Каша пшеничная на воде 2. Чай с сахаром 3. Хлеб пшеничный	1. Каша овсяная на воде 2. Кисель из концентрата 3. Хлеб пшеничный	1. Каша пшеничная на воде 2. Компот из свежих яблок 3. Хлеб пшеничный
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 5. Хлеб ржаной	1. Салат из моркови с сахаром 2. Борщ на к/м.б. 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. Греча отварная 5. Кисель из концентрата 6. Хлеб ржаной	1. Салат из отварной моркови с яблоками 2. Суп картофельный с зелёным горошком на м.б. 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.б. без сметаны 3. Котлета мясная 4. Картофель отварной 5. Компот "ассорти" 6. Хлеб ржаной
Полдник:	1. Яблоко 2. Кисель 3. Яйцо вареное без желтка	1. Яйцо вареное без желтка 2. Чай с сахаром 3. Печенье	1. Булочка сдобная 2. Яблоко	1. Баранка 2. Чай с сахаром	1. Пряник 2. Чай с сахаром