

Организация питания в
дошкольных
образовательных
организациях г. Белогорск

Примерное 10 – ти дневное меню

- Первая неделя

Первая неделя					
	День 1	День 2	День 3	День 4	День 5
Завтрак	Каша манная молочная	Каша геркулесовая молочная	Каша пшеничная молочная	Каша гречневая молочная	Каша рисовая молочная
	Кофейный напиток на молоке	Чай с сахаром	Кофейный напиток на молоке	Чай с лимоном	Кофейный напиток на молоке
	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом, сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом
2-й завтрак	Сок	Фрукт	Кисломолочный продукт Снежок	Фрукт	Сок
Обед	Огурец соленый	Салат «Заря»	Салат из отварных овощей	Огурец соленый	Салат витаминный (2 вариант)
	Суп картофельный с крупой гречневой	Рассольник со сметаной	Суп с клецками на курином бульоне	Суп гороховый с гречками на курином бульоне	Свекольник со сметаной
	Каша пшеничная	Котлета рыбная с соусом	Ленивые голубцы с соусом	Рагу из овощей с курицей	Котлета из курицы с соусом/суфле из птицы с соусом
	Гуляш из отварного мяса	Рис рассыпчатый			Картофельное пюре
	Компот из с/ф	Компот из с/ф	Компот из с/ф	Кисель	Компот из с/ф
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный
Усиленный полдник	Макароны с сыром	Запеканка из манной крупы с повидлом	Омлет с зелёным горошком Хлеб	Запеканка из творога с повидлом	Рыба запечённая в омлете
	Кофейный напиток на молоке	Чай с лимоном	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с лимоном

• 2 неделя

Вторая неделя				
День 6	День 7	День 8	День 9	День 10
Каша пшённая молочная	Суп молочный с макаронными изделиями	Каша манная молочная	Каша геркулесовая молочная	Каша «Дружба» молочная
Чай с сахаром	Кофейный напиток на молоке	Чай с лимоном	Кофейный напиток на молоке	Какао на молоке
Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом
Сок	Фрукты	Кисломолочный продукт Снежок	Фрукт	Сок
Салат витаминный (2 вариант)	Огурец соленый	Икра кабачковая	Винегрет	Салат «Заря»
Суп рыбный	Суп с макаронными изделиями	Суп крестьянский	Суп из овощей	Борщ со сметаной
Суфле из печени	Жаркое по домашнему с курицей	Рыба тушеная с овощами	Суфле из птицы	Тефтели мясные в томатно-сметанном соусе
Каша гречневая		Картофельное пюре	Макароны отварные	Рис отварной
Компот из с/ф	Компот из с/ф	Компот из с/ф	Кисель	Компот из с/ф
Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный
Сырники со сгущенкой/повидлом	Плов с курицей	Запеканка из творога с морковью	Омлет с зеленым горошком	Творожник песочный
Какао на молоке	Чай с молоком	Какао на молоке	Чай с сахаром	Чай с лимоном