

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ д/с № 8 «Тополёк»

_____ Т.И. Галковская

1 День	2 День	3 День	4 День	5 День
Завтрак первый	Завтрак первый	Завтрак первый	Завтрак первый	Завтрак первый
Каша гречневая рассыпчатая Какао с молоком сгущенным Хлеб пшеничный	Каша молочная кукурузная жидкая Молоко кипяченое Яйца вареные Хлеб пшеничный	Каша «Дружба» Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	Каша пшеничная молочная жидкая Чай с молоком Сыр сычужный твердый порциями Хлеб пшеничный	Омлет натуральный Молоко кипяченое Хлеб пшеничный
Завтрак второй	Завтрак второй	Завтрак второй	Завтрак второй	Завтрак второй
Соки фруктовые, овощные или ягодные	Плоды свежие	Соки фруктовые, овощные или ягодные	Плоды свежие	Соки фруктовые, овощные или ягодные
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Икра свекольная или морковная Рассольник ленинградский Макаронные изделия отварные Печень говяжья по- строгановски Соус сметанный Компот из плодов или ягод сушеных Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Суп картофельный с рыбой Картофельное пюре Рыба тушеная в томате с овощами Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Овощи натуральные Борщ с капустой и картофелем Плов из отварной птицы Компот из апельсинов с яблоками Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Суп крестьянский с крупой Капуста тушеная Гуляш из говядины Компот из плодов или ягод сушеных Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Щи из квашенной капусты с картофелем Картофельная запеканка с мясом Концентрат киселя с витаминами «Киселек Валетек» для детей дош.возр. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	Уплотненный полдник с включением блюд ужина
Запеканка из творога Соус молочный сладкий Коржик молочный Кефир Плоды свежие Хлеб пшеничный	Голубцы овощные Пряник Чай с лимоном Хлеб пшеничный	Суфле рыбное Соус белый основной Чай с молоком Хлеб пшеничный	Вареники ленивые Печенье Ряженка Хлеб пшеничный	Морковная запеканка Соус сметанный Пирожок печенный из сдобного теста с фаршем Какао с молоком Хлеб пшеничный

6 День	7 День	8 День	9 День	10 День
Завтрак первый	Завтрак первый	Завтрак первый	Завтрак первый	Завтрак первый
Макаронны отварные с овощами Кофейный напиток на сгущенном молоке Хлеб пшеничный	Каша рисовая молочная жидкая Сыр сычужный твердый порциями Чай с лимоном (1 вариант)	Каша манная вязкая Какао с молоком Хлеб пшеничный	Каша ячневая вязкая Молоко кипяченое Сыр сычужный твердый Хлеб пшеничный	Суп молочный с макаронными изделиями Кофейный напиток с молоком Яйца варенные Хлеб пшеничный
Завтрак второй	Завтрак второй	Завтрак второй	Завтрак второй	Завтрак второй
Плоды свежие	Соки фруктовые, овощные или ягодные	Плоды свежие	Соки фруктовые, овощные или ягодные	Соки фруктовые, овощные или ягодные
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Икра свекольная или морковная Суп картофельный с бобовыми (1 вариант) Каша гречневая рассыпчатая с луком Котлеты, биточки, шницели Соус красный основной Компот из плодов или ягод сушеных Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Икра свекольная или морковная Борщ с капустой и картофелем Рыба запеченная с картофелем по-русски Компот из свежих плодов и ягод Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Суп – лапша домашняя Рис припущенный Курица в соусе с томатом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Свекла, тушенная в сметане Суп картофельный с мясными фрикадельками Жаркое по-домашнему Компот из плодов или ягод сушеных Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Овощи натуральные Свекольник Печень тертая Картофель отварной Соус красный основной Концентрат киселя с витаминами «Киселек Валетек» для детей дош.возр. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	Уплотненный полдник с включением блюд ужина
Суп с рыбными консервами Ватрушка с творожным (овощным, фруктовым, сладким фаршем) Чай с молоком Хлеб пшеничный	Капуста тушенная Кофейный напиток с молоком Творожники песочные Хлеб пшеничный	Картофель запеченный в сметанном соусе Ряженка Хлеб пшеничный	Запеканка из творога с морковью Соус сметанный Печенье Кефир Хлеб пшеничный	Запеканка овощная Хлеб пшеничный Бантики с корицей Чай с молоком Плоды свежие

11 День	12 День	13 День	14 День	15 День
Завтрак первый	Завтрак первый	Завтрак первый	Завтрак первый	Завтрак первый
Каша гречневая рассыпчатая с яйцом Какао с молоком сгущенным Хлеб пшеничный	Каша молочная кукурузная жидкая Молоко кипяченое Сыр сычужный твердый Хлеб пшеничный	Каша овсяная из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая Кофейный напиток с молоком Яйца вареные Хлеб пшеничный	Каша пшеничная вязкая Чай с молоком Хлеб пшеничный	Омлет натуральный Молоко кипяченое Хлеб пшеничный
Завтрак второй	Завтрак второй	Завтрак второй	Завтрак второй	Завтрак второй
Плоды свежие	Соки фруктовые, овощные или ягодные	Соки фруктовые, овощные или ягодные	Плоды свежие	Соки фруктовые, овощные или ягодные
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Икра свекольная или морковная Рассольник ленинградский Макаронные изделия отварные Бефстроганов из отварной говядины Компот из плодов или ягод сушеных Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Суп картофельный с рыбой Картофель отварной в молоке Рыба запеченная в омлете Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Овощи натуральные Борщ с капустой и картофелем Плов из отварной птицы Компот из апельсинов с яблоками Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Суп крестьянский с крупой Пудинг из говядины с овощами и зеленым горошком Компот из плодов или ягод сушеных Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Щи из квашенной капусты с картофелем Картофельная запеканка с мясом Концентрат киселя с витаминами «Киселек Валетек» для детей дош.возр. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	Уплотненный полдник с включением блюд ужина
Пудинг творожный запеченный Соус сметанный Коржик молочный Кефир Хлеб пшеничный	Голубцы овощные Соус красный основной Чай с лимоном Хлеб пшеничный	Тефтели рыбные Соус красный основной Булочка домашняя Чай с молоком Хлеб пшеничный	Лапшевник с творогом «Крендель с сахаром» Ряженка Хлеб пшеничный	Рагу из овощей с кабачками Печенье Плоды свежие Какао с молоком Хлеб пшеничный

16 День	17 День	18 День	19 День	20 День
Завтрак первый	Завтрак первый	Завтрак первый	Завтрак первый	Завтрак первый
Макароны отварные с овощами Кофейный напиток на сгущенном молоке Хлеб пшеничный	Каша «Дружба» Молоко кипяченое Хлеб пшеничный	Каша пшеничная молочная жидкая Какао с молоком Хлеб пшеничный	Каша рисовая вязкая Кофейный напиток с молоком Сыр сычужный твердый порциями Хлеб пшеничный	Суп молочный с макаронными изделиями Чай с лимоном Бутерброд с маслом (1 вариант)
Завтрак второй	Завтрак второй	Завтрак второй	Завтрак второй	Завтрак второй
Плоды свежие	Соки фруктовые, овощные или ягодные	Плоды свежие	Плоды свежие	Соки фруктовые, овощные или ягодные
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Икра свекольная или морковная Суп картофельный с бобовыми (1 вариант) Каша гречневая рассыпчатая с луком Котлеты, биточки, шницели Соус красный основной Компот из плодов или ягод сушеных Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Борщ с капустой и картофелем Рыба запеченная в сметанном соусе Пюре картофельное (или картофель отварной, или макароны отварные) Компот из свежих плодов и ягод Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Овощи натуральные Суп картофельный с клецками Рис припущенный Курица отварная Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Суп из овощей Суп картофельный с рулетом из говядины с яйцом (паровой) Компот из плодов или ягод сушеных Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Икра свекольная или морковная Свекольник Капуста тушеная Сердце в соусе Концентрат киселя с витаминами «Киселек Валетек» для детей дош.возр. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной
Уплотненный полдник с включением блюд ужина	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	Уплотненный полдник с включением блюд ужина	Уплотненный полдник с включением блюд ужина
Суп с рыбными консервами Ватрушка с творожным (овощным, фруктовым, сладким фаршем) Чай с молоком Хлеб пшеничный	Запеканка капустная Соус сметанный с томатом Вафли Ряженка Хлеб пшеничный Плоды свежие	Пюре из гороха Пирожки, печенье из сдобного теста с фаршем Хлеб пшеничный	Яблоки фаршированные творогом Печенье Кефир	Котлеты картофельные Соус сметано-масляный Творожники песочные Молоко кипяченое Хлеб пшеничный