

Утверждаю:
 Заведующий МКДОУ детский сад
 общеразвивающего вида №2 «Родничок»
 Святкина Г.В.



Примерное 2-х недельное меню
 МКДОУ детского сада общеразвивающего вида №2 «Родничок»

Меню I-я неделя

понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
- каша жидкая на молоке (манная) - хлеб пшеничный - сыр полутвердый - какао на молоке	- омлет натуральный запеченный - зеленый горошек - хлеб пшеничный - масло коровье - кофейный напиток на молоке	- каша рисовая молочная - хлеб пшеничный - масло коровье - какао на молоке	- каша пшеничная молочная - хлеб пшеничный - масло коровье - кофейный напиток на молоке	- каша жидкая на молоке (гречневая) - хлеб пшеничный - какао на молоке
2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак
- напиток из плодов шиповника (ясли) - сок фруктовый (сад)	- бананы или груша	- напиток из плодов шиповника	- йогурт питьевой	- апельсин (сад) - яблоко (ясли)
обед	обед	обед	обед	обед
- суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне - гуляш из отварного мяса - изделия макаронные - хлеб ржаной - компот из плодов сухих (сухофрукты)	- рассольник Ленинградский - котлеты мясные рубленые собственного производства - рагу из овощей - хлеб ржаной - компот из плодов сухих (чернослив и изюм)	- суп картофельный с бобовыми (горох) на мясном бульоне - рыба припущенная или рыбная котлета - картофельное пюре - хлеб ржаной - компот из плодов сухих (изюм)	- салат из капусты с растительным маслом - уха Ростовская - печень по-стогановски - рис отварной - компот из плодов свежих (яблок) - хлеб ржаной	- суп с изделиями макаронными на бульоне из птицы - рагу из мяса птицы - хлеб ржаной - компот из плодов свежих (лимонов)
полдник	полдник	полдник	полдник	полдник
- оладьи - сгущенное молоко - чай с сахаром	- каша пшеничная молочная - булочка домашняя - чай с сахаром	- пудинг из творога запеченный с соусом абрикосовым - компот из плодов свежих (яблок)	- пудинг манный со сгущенным молоком - чай с сахаром	- каша вязкая молочная «Дружба» - чай с сахаром - хлеб пшеничный

Меню II-я неделя

понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
- каша рисовая молочная - хлеб пшеничный - какао на молоке	- каша жидкая на молоке (манная) - хлеб пшеничный - кофейный напиток на молоке	- каша пшеничная молочная - хлеб пшеничный - какао на молоке - масло коровье	- запеканка из творога - сметанный соус - хлеб пшеничный - кофейный напиток на молоке	- каша жидкая на молоке (гречневая) - хлеб пшеничный - масло коровье - чай с сахаром
2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак
- напиток из плодов шиповника (ясли) - сок фруктовый (сад)	- бананы	- напиток из плодов шиповника	- Снежок	- яблоки
обед	обед	обед	обед	обед
- борщ с капустой и картофелем - гуляш из отварного мяса или из отварной птицы - каша гречневая рассыпчатая - хлеб ржаной - компот из плодов сухих (чернослив и изюм)	- щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелко шинкованными овощами - тефтели мясные с соусом собственного производства - рис отварной - хлеб ржаной - компот из плодов сухих (изюм)	- салат из свеклы с растительным маслом - суп картофельный на мясном бульоне - суфле рыбное с соусом молочным - хлеб ржаной - компот из плодов свежих (яблок)	- суп с изделиями макаронными на бульоне из птицы - голубцы ленивые - хлеб ржаной - компот из плодов свежих (апельсинов)	- суп крестьянский с крупой - рагу из мяса птицы - хлеб ржаной - компот из плодов сухих (сухофрукты)
полдник	полдник	полдник	полдник	полдник
- оладьи - повидло - чай с сахаром	- омлет натуральный запеченный - зеленый горошек - хлеб пшеничный - чай с сахаром	- запеканка рисовая - соус абрикосовый - чай с сахаром	- каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) - чай с лимоном - пирог с повидлом или картофелем	- макароны отварные с ½ яйца - молоко - пряники или вафли