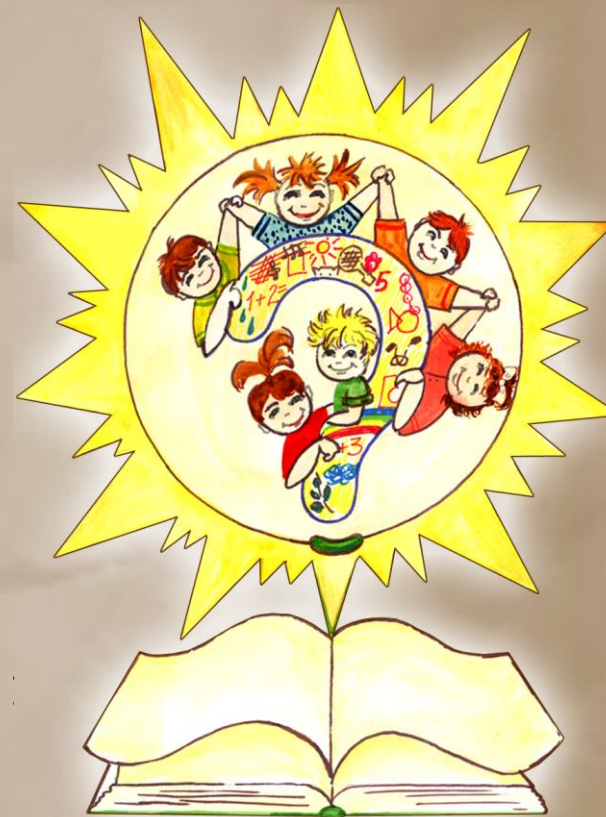


**Цикличное
десятидневное меню
для организации
питания детей
от 3 до 7 лет.**



**ГБДОУ детский сад №130
Невского района
Санкт-Петербурга
2022г.**

День 1

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С МАСЛОМ
КАША ПШЕНИЧНАЯ
ЖИДКАЯ С МАСЛОМ
СЛИВОЧНЫМ
ЧАЙ С ЛИМОНОМ



2 ЗАВТРАК



ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ

ОБЕД

ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ,
ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ



ПОЛДНИК



ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
ОБОГАЩЕННЫЙ
НАПИТОК
ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"

День 2

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С СЫРОМ
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С
МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ
ЧАЙ С МОЛОКОМ



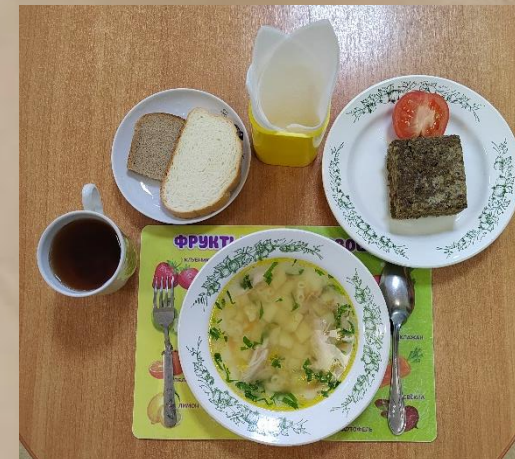
2 ЗАВТРАК



СОК ПЕРСИКОВЫЙ

ОБЕД

ПОМИДОР СВЕЖИЙ
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ,
ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
ОБОГАЩЕННЫЙ
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ



ПОЛДНИК

РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ
В МОЛОКЕ
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
ОБОГАЩЕННЫЙ
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ



День 3

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО
КОНСЕРВИРОВАННОГО
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК
С МОЛОКОМ



2 ЗАВТРАК



ГРУША СВЕЖАЯ

ОБЕД

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ,
СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ



ПОЛДНИК

ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
ОБОГАЩЕННЫЙ
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ

День 4

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С МАСЛОМ
КАША МАННАЯ
ЖИДКАЯ
С МАСЛОМ
КАКАО С МОЛОКОМ



2 ЗАВТРАК



СОК ЯБЛОЧНЫЙ

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,
ГОВЯДИНОЙ
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ
В СМЕТАННОМ СОУСЕ
ЧАЙ С САХАРОМ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
ОБОГАЩЕННЫЙ
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ



ПОЛДНИК

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ
МАНДАРИН СВЕЖИЙ
БУЛОЧКА



День 5

ОБЕД

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С СЫРОМ
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА
МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ
("ДРУЖБА")
ЧАЙ С МОЛОКОМ



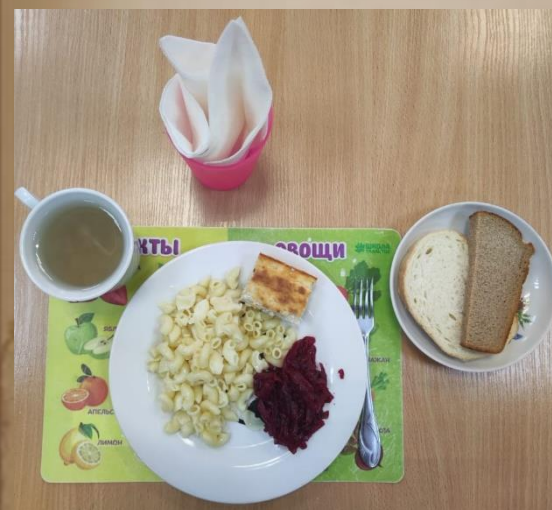
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ
ФРИКАДЕЛЬКАМИ
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ
СОУС СМЕТАННЫЙ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
ОБОГАЩЕННЫЙ
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ



2 ЗАВТРАК



ГРУША СВЕЖАЯ



ПОЛДНИК

МАКАРОНЫ,
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ,
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК
ХЛЕБ РЖАНО-
ПШЕНИЧНЫЙ
ОБОГАЩЕННЫЙ
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ

День 6

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ
С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК
С МОЛОКОМ



2 ЗАВТРАК



СОК ПЕРСИКОВЫЙ

ОБЕД

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ
С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ
ЗАПЕКАНКА РЫБНАЯ
ОТВАРОНЫЕ ОВОЩИ В
МОЛОЧНОМ СОУСЕ
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
ОБОГАЩЕННЫЙ
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ



ПОЛДНИК

КОТЛЕТА МЯСНАЯ,
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ
С МОРКОВЬЮ,
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
ОБОГАЩЕННЫЙ,
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ,
НАПИТОК
ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ



День 7

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА
ЗЕЛЕНОВОГО
КОНСЕРВИРОВАННОГО
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ
КАКАО С МОЛОКОМ



2 ЗАВТРАК

ГРУША СВЕЖАЯ



ОБЕД

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ
С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА



ПОЛДНИК

ЯЙЦО ВАРЕНОЕ
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ
В СМЕТАННОМ СОУСЕ,
ХЛЕБ
РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
ОБОГАЩЕННЫЙ,
ПЕЧЕНЬЕ,
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ,
ЙОГУРТ
В ИНД. УПАКОВКЕ



День 8

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С СЫРОМ
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ
С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ
ЧАЙ С МОЛОКОМ



ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ
С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ,
ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ
С МОРКОВЬЮ
РАГУ ОВОЩНОЕ,
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА
НА ФЛОВОХ И ЯГОДНЫХ
ЭКСТРАКТАХ,
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ



ОБЕД

2 ЗАВТРАК



СОК АБРИКОСОВЫЙ



ПОЛДНИК

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ
МАНДАРИН СВЕЖИЙ
ПЕЧЕНЬЕ

День 9

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С МАСЛОМ
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"
ЖИДКАЯ С МАСЛОМ
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК
С МОЛОКОМ



2 ЗАВТРАК



БАНАН СВЕЖИЙ

ОБЕД

ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ
БОРЩ С КАПУСТОЙ, ГОВЯДИНОЙ
И КАРТОФЕЛЕМ,
РЫБА ОТВАРНАЯ,
СОУС СМЕТАННЫЙ,
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ
ЧАИ С ЛИМОНОМ
ХЛЕБ
РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
ОБОГАЩЕННЫЙ
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ



ПОЛДНИК

ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
ОБОГАЩЕННЫЙ,
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ
С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ,
ЙОГУРТ В ИНД, УПАКОВКЕ



День 10

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ
С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ
ЧАЙ С САХАРОМ



2 ЗАВТРАК



СОК ПЕРСИКОВЫЙ

ОБЕД

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ
СУФЛЕ КУРИНОЕ,
КОМПОТ
ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ
ХЛЕБ
РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
ОБОГАЩЕННЫЙ
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ



ПОЛДНИК



ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
ОБОГАЩЕННЫЙ
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ

*ПРЯТНОГО
АПЕПНА!*

