

Утверждаю
 заведующий МБДОУ ДС№ 42
 «Красная шапочка» г. Туапсе
 _____ М.И. Бекетова
 « ____ » _____ 2022г.

Примерное перспективное 10 – дневное меню (холодный период)
МБДОУ ДС № 42 «Красная шапочка» г. Туапсе

1-ая НЕДЕЛЯ

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак: омлет натуральный, горошек зеленый, консервированный, хлеб пшеничный с маслом и сыром, какао с молоком	Завтрак: Каша пшеничная молочная жидкая, хлеб пшеничный с маслом, кофейный напиток с молоком	Завтрак: каша молочная манная, хлеб пшеничный с маслом и сыром, какао с молоком	Завтрак: каша молочная геркулесовая, хлеб пшеничный с маслом, кофейный напиток с молоком	Завтрак: макаронные изделия с тертым сыром, икра кабачковая консервированная, хлеб пшеничный с маслом, какао с молоком
10ч.00мин.: фруктовый сок, конд. изделие	10ч.00мин.: Кисломолочный напиток	10ч.00мин.: фрукты, сад – напиток витаминный	10ч.00мин.: сок фруктовый	10ч.00мин.: конд. изделие, кисломолочный продукт
Обед: Соленые овощи порционно, свекольник со сметаной, жаркое по- домашнему, хлеб ржаной, пшеничный, компот из сухих фруктов	Обед: салат из соленых огурцов с луком, суп из рыбных консервов, котлета рубленая из мяса, картофельное пюре, хлеб ржаной, компот из свежих яблок	Обед: Соленые овощи порционно, борщ с мясом, печень говяжья по- строгановски, гречка отварная рассыпчатая, хлеб ржаной, пшеничный, компот из сухих фруктов	Обед: салат из квашеной капусты, суп картофельный с рыбными фрикадельками, котлета рубленая из птицы, картофельное пюре, хлеб ржаной, кисель фруктово-ягодный	Обед: Соленые овощи порционно, суп с клецками, тефтели рыбные с творогом, соус сметанный, рис отварной, хлеб пшеничный, ржаной, компот из свежих яблок
Полдник: Ватрушка с творогом, молоко кипяченое, фрукты	Полдник: Рагу овощное, хлеб пшеничный, конд. изделие, сок фруктовый	Полдник: Пирожок с фаршем яблочным, чай с молоком	Полдник: Творожные сырники с молочным соусом (сладким), чай с лимоном	Полдник: каша гречневая с молоком, чай с сахаром,

Утверждаю
Заведующий МБДОУ ДС № 42
«Красная шапочка» г. Туапсе
_____ М.И. Бекетова
« ____ » _____ 2022г.

Примерное перспективное 10 – дневное меню (холодный период)
МБДОУ ДС № 42 «Красная шапочка» г. Туапсе

2-ая НЕДЕЛЯ

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак: Яичная кашка, зеленый горошек консервированный, хлеб пшеничный с маслом, кофейный напиток с молоком	Завтрак: каша молочная «дружба», хлеб пшеничный с маслом, чай с сахаром	Завтрак: каша молочная рисовая, хлеб пшеничный с маслом и сыром, кофейный напиток с молоком	Завтрак: суп молочный с макаронными изделиями, хлеб пшеничный с маслом, какао с молоком	Завтрак: запеканка из творога молочный соус (сладкий), хлеб пшеничный с маслом, кофейный напиток с молоком
10ч.00мин.: Кисломолочный продукт	10ч.00мин.: фрукты, сад-напиток витаминный	10ч.00мин.: Сок фруктовый. конд. изделие	10ч.00мин.: фрукты, сад-напиток витаминный	10ч.00мин.: Кисломолочный напиток
Обед: Овощи соленые порционно, борщ вегетарианский, биточки рубленые мясные, соус сметанный, пюре картофельное хлеб пшеничный, ржаной, компот из сухих фруктов	Обед: суп картофельный с макаронными изделиями суфле из печени, капуста тушеная, хлеб ржаной, пшеничный, компот из свежих яблок	Обед: салат из квашеной капусты с луком, суп картофельный с бобовыми, шницель рыбный натуральный, картофельное пюре, хлеб ржаной, компот из сухофруктов	Обед: Овощи соленые порционно, суп овощной, плов из курицы, хлеб пшеничный, ржаной, кисель плодово-ягодный	Обед: ,Икра свекольная, рассольник ленинградский, тефтеля мясная, гречка рассыпчатая, хлеб ржаной, компот из свежих яблок
Полдник: Пудинг из творога с яблочным фаршем, молоко кипяченое	Полдник: Крендель с сахаром, кисломолочный напиток	Полдник: ленивые вареники с маслом, сметанным соусом, чай с молоком	Полдник: сельдь с/с (сад), картофель отварной с маслом, салат из репчатого лука хлеб ржаной, чай с лимоном	Полдник: каша молочная рисовая, чай с сахаром

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ
ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат	181713744333387461230331213761435072100037620580
Владелец	Бекетова Марина Ивановна
Действителен	С 10.09.2024 по 10.09.2025