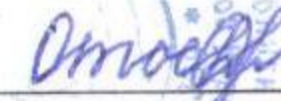


Утверждаю  
 Заведующая МБДОУ «Детский сад  
 «Торга»  Д.Б.Отырова  
 « 05 июля 2023г. »



### Примерное 10 дневное меню

<b>1 день</b> Завтрак Отварные макароны с маслом 35/45 Чай молочный 180/200 Хлеб 30/40	<b>2 день</b> Завтрак Каша молочная геркулесовая Чай сладкий 180/200 Хлеб 30/40	<b>3 день</b> Завтрак Каша рисовая 180/200 Чай джомба 180/200 Бутерброд с маслом 30/40	<b>4 день</b> Завтрак Омлет 80/100 Чай сладкий 180/200 Хлеб 30/40	<b>5 день</b> Завтрак Каша манная 180/200 Кофейный напиток 180/200 Хлеб 30/40
<b>Обед</b> Борщ на к/б 200/250 Плов с мясом 150/180 Компот из сухофруктов 180/200 Хлеб 30/50	<b>Обед</b> Суп рисовый с мясом 150/200 Котлеты/гар. карт. пюре 150/180 Кисель 180/200 Салат «Здоровье» 40/ 60 Хлеб 30/50	<b>Обед</b> Суп вермишелевый, куриный 150/200 Гуляш с курой /гречка 70/80 Салат «Витаминный» 40/ 60 Компот из сухофруктов 180/200 Хлеб 30/50	<b>Обед</b> Рассольник ленинградский на к/б 150/200 Хуурси махн 150/180 Кисель 180/200 Хлеб 30/ 50	<b>Обед</b> Щи из свежей капусты на к/б 150/200 Вареники с картофелем 70/80 Салат морковь с яблоком 40/60 Компот 180/200 Хлеб 30/50
<b>Полдник</b> Плюшка 70/80 Какао 180/200	<b>Полдник</b> Пряники 70/80 Джомба 180/200	<b>Полдник</b> Пирожки печеные с картофелем 70/80 Чай сладкий 180/200 Фрукт 75/100	<b>Полдник</b> Булочка «Домашняя» 70/80 Чай джомба 180/200	<b>Полдник</b> Бутерброд с маслом, сыром 30/40;10/15;5/10 Джомба 180/200 Фрукт 75/100
<b>1 день</b>	<b>2 день</b>	<b>3 день</b>	<b>4 день</b>	<b>5 день</b>

<p><b>6 день</b> Завтрак</p> <p>Каша молочная (пшеничная, кукурузная, ячневая, пшеничная) 180/200 Чай молочный 180/200 Хлеб 30/40</p>	<p><b>7 день</b> Завтрак</p> <p>Суп молочный вермишелевый 180/200 Какао 180/200 Хлеб 30/40</p>	<p><b>8 день</b> Завтрак</p> <p>Яйцо отварное Кофейный напиток 180/200 Бутерброд с маслом 10/15</p>	<p><b>9 день</b> Завтрак</p> <p>Макаронник 35/45 Какао 180/200 Хлеб 30/40</p>	<p><b>10 день</b> Завтрак</p> <p>Гренки 70/80 Чай сладкий 180/200</p>
<p><b>Обед</b></p> <p>Суп с домашней лапшой на к/б 250 Овощное рагу с мясом 150/180 Компот из сухофруктов 180/200 Хлеб 30/50</p>	<p><b>Обед</b></p> <p>Суп- харчо на к/б 200/250 Пельмени 100/150 Кисель 180/200 Салат пестрый 40/ 60 Хлеб 30/50</p>	<p><b>Обед</b></p> <p>Суп с клецками на к/б 150/200 Бефстроганов /крупя 150/180 Компот из сухофруктов 180/200 Хлеб 30/50</p>	<p><b>Обед</b></p> <p>Суп крестьянский куриный 150/200 Рыба припущенная /гарнир картоф. пюре 150/180 Кисель 180/200 Хлеб 30/50</p>	<p><b>Обед</b></p> <p>Суп гороховый 150/200 Тефтели /гарнир макаронны 150/180 Салат из свеклы с изюмом 40/60 Компот 180/200 Хлеб 30/50</p>
<p><b>Полдник</b></p> <p>Оладьи со сгущенным молоком (повидлом) 70/80 Чай сладкий 180/200</p>	<p><b>Полдник</b></p> <p>Печенье 70/80 Чай молочный 180/200 Фрукт 75/100</p>	<p><b>Полдник</b></p> <p>Ватрушка с творогом 70/80 Чай сладкий 180/200</p>	<p><b>Полдник</b></p> <p>Бутерброд с маслом, сыром 30/40; 10/15; 5/10 Чай сладкий 180/200 Фрукт 75/100</p>	<p><b>Полдник</b></p> <p>Пирожки печеные с повидлом 70/80 Чай молочный 180/200</p>
<b>6 день</b>	<b>7 день</b>	<b>8 день</b>	<b>9 день</b>	<b>10 день</b>