Заведующий МБДОУ

«Детский сад «Ладушки»

 Ю.Н.Даниленкова

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Завтрак | Обед |  Полдник | Ужин |
| Каша гречневая молочная,Чай с молоком,Бутерброд с маслом и сыром(-----)2-й завтракСок. | Салат из белокочанной капустыСуп картофельный с крупой(пшено),Гуляш из отварного мяса,Макаронные изделия отварные,Компот из сухофруктов,Хлеб ржаной. | Ряженка, Хлеб пшеничный. | Вареники ленивые,Соус молочный сладкий,Кофейный напиток с молоком |
| Каша геркулесовая молочная,Какао с молоком,Бутерброд с маслом.2-й завтракФрукты. | Салат их свежих помидоров и огурцовБорщ с капустой и картофелем,Шницель рубленный,Соус основной томатный,Каша гречневая рассыпчатаяКомпот из сухофруктов,Хлеб ржаной. | Молоко кипяченое, Кондитерское изделие. | Омлет натуральный ,Кисель,Хлеб пшеничный. |
| Каша пшеничная молочная,Кофейный напиток с молоком,Бутерброд с маслом и сыром(----)2-й завтракФрукты. | Огурец свежий ( порц)Суп картофельный с **рыбными** фрикадельками,Тефтелли **мясные в сметанном соусе**,Капуста тушеная,Компот из сухофруктов,Хлеб ржаной. | «Снежок» или йогурт,Кондитерские изделия. | Блинчики с маслом сливочным сахаром,Чай с молоком |
| Суп молочный с макарон. изделиямиКакао с молоком,Бутерброд с маслом2-й завтракФрукты. | Салат из свежих помидоров с лукомБорщ с картофелем Рыба, припущенная с овощами,Соус сметанный с томатом,Пюре картофельноеКомпот из сухофруктов,Хлеб ржаной. | Молоко кипяченое,Хлеб пшеничный. | Омлет с сыром Чай с лимономХлеб пшеничный  |
| Каша манная молочная,Кофейный напиток с молоком,Бутерброд с маслом.2-й завтракСок. | Салат из свежих огурцов Суп картофельный с макаронными изделиями,Голубцы ленивые,Соус сметанный,Компот из фруктов (свежих или консервированных),Хлеб ржаной. | Кисель,Пирожок с начинкой. | Пудинг из творог,Соус молочный сладкий, Чай с молоком. |

 **Примерное десятидневное меню**

 **2** – я неделя